ANALIZAMOS 14 MULTIFUNCIONALES: la oficina en casa

Profeco

REVISTA DEL

CONSUMIDOR

profeco.gob.mx

Aprende a COMPRAR PESCADO

GRAN GUÍA ANUAL, que incluye:

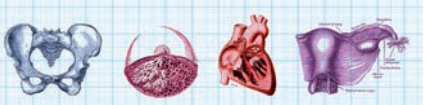
* Las maravillas **del omega 3**
* **Qué** especies te dan más por tu dinero
* **Cómo** cocinarlo
* Recetas del **Platillo Sabio Profeco**
* **El Laboratorio Profeco** analiza: latas de sardinas, mejillones y ostiones

¡AHORRA EN FAMILIA!

25 TIPS PARA TIEMPOS **DE VACAS FLACAS**

DALE SERVICIO A TU AUTO

[sin que te vean la cara los malos proveedores]



SALUD: los gastos médicos de ser mujer

¡PORQUE TÚ LO VALES!

Abril de 2009 Núm. 386 $25

7 509997 078342 00386

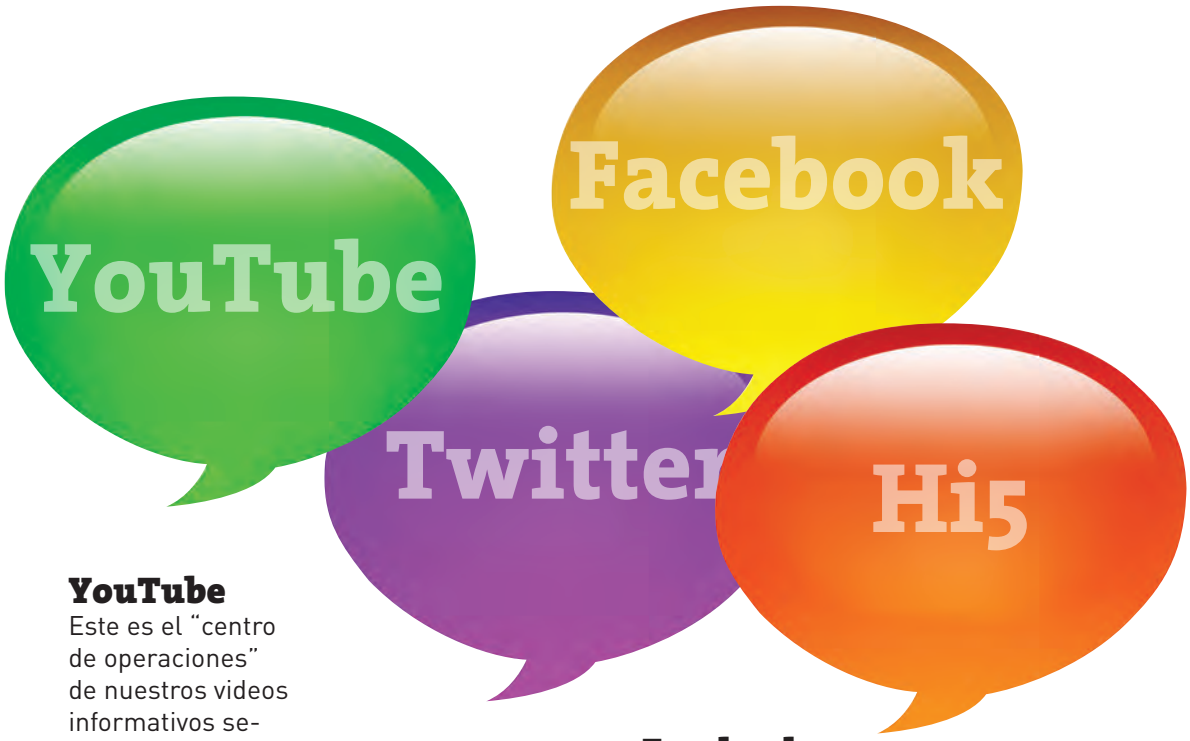
Exhibir hasta el 30 de abril

ISSN 0185-8874

¡Todos en línea!

Profeco

Búscanos en tus redes sociales



YouTube
Este es el "centro de operaciones" de nuestros videos informativos semanales, que abarcan desde los célebres Platillo Sabio Profeco o la Tecnología Doméstica Profeco, hasta la información puntual sobre la actualidad del consumo en México. Visita youtube.com/profecotv

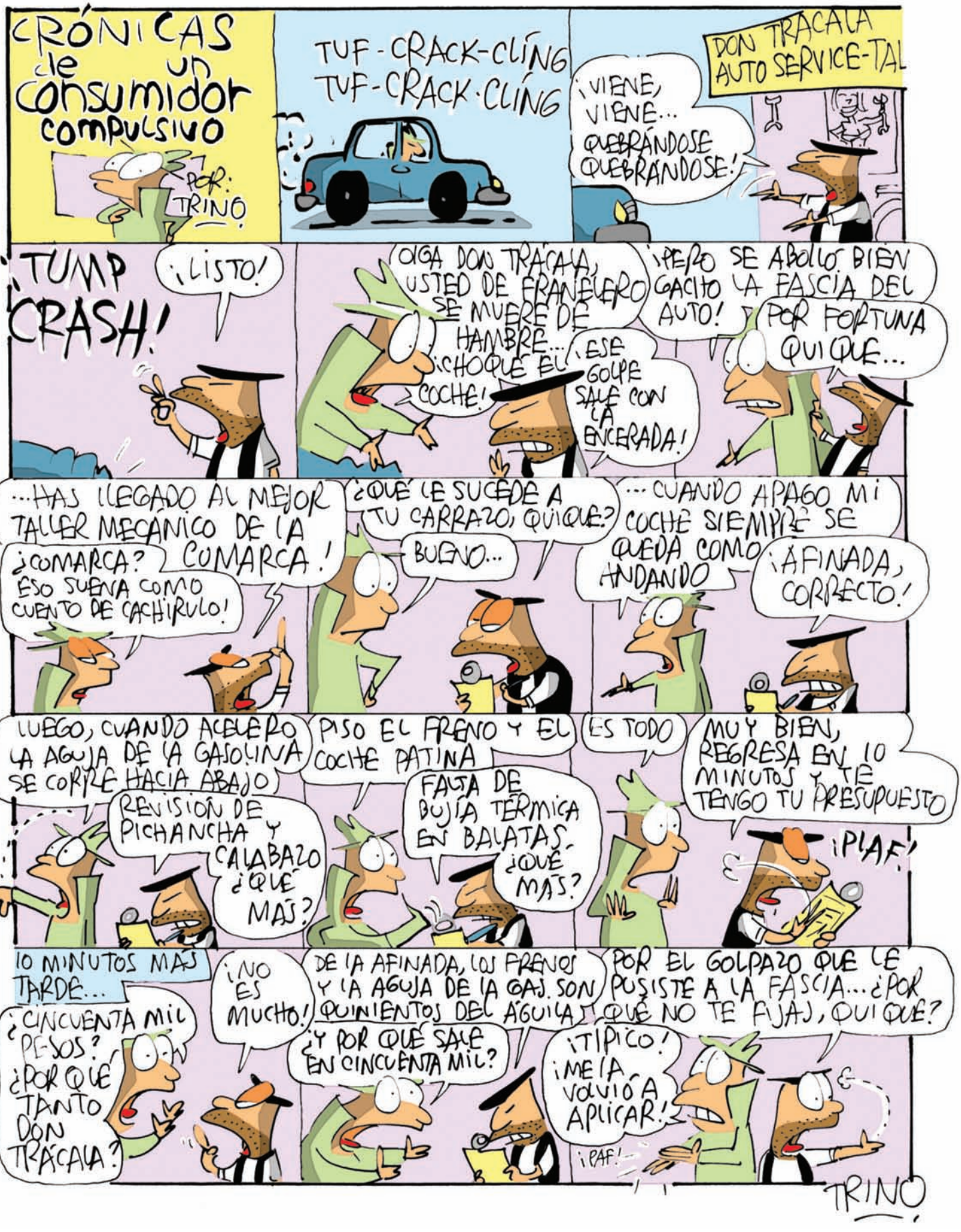
Twitter
Conoce de manera inmediata y puntual nuestras noticias y recomendaciones diarias (y, por supuesto, discútelas). Síguenos en twitter.com/profeco

Facebook
Únete al grupo de la **Revista del Consumidor** y manténte al tanto de nuestras labores de difusión; por ejemplo, los videos de Revista del Consumidor TV y Revista del Consumidor Webcast.

Hi5
Agréganos a tu grupo de amigos y busca el divertido material en línea que la Revista del Consumidor ha preparado para ti. Encuéntranos en revistadelconsumidor.hi5.com

La Revista del Consumidor está cada día más cerca de ti. Ahora, podrás convertirte en algo más que un lector: te invitamos a integrarte a una comunidad de consumidores inteligentes que aprenden, opinan y participan.

Vivir Mejor


CRÓNICAS de un consumidor compulsivo
POR: TRINO
TUF-CRACK-CLÍNG
TUF-CRACK-CLÍNG
¡VIENE, VIENE... QUEBRÁNDOSE QUEBRÁNDOSE!
DON TRÁCALA AUTO SERVICE-TAL
¡TUMP CRASH!
¡LISTO!
OIGA DON TRÁCALA, USTED DE FRANELERO SE MUERE DE HAMBRE... ¡CHOQUE EL COCHE!
¡ESE GOLPE SALE CON LA ENCERADA!
¡PERO SE ABOLLÓ BIEN GACHO LA FASCIA DEL AUTO!
POR FORTUNA QUIQUE...
...HAS LLEGADO AL MEJOR TALLER MECÁNICO DE LA ¿COMARCA? COMARCA!
ESO SUENA COMO CUENTO DE CACHIRULO!
¿QUÉ LE SUCEDE A TU CARRAZO, QUIQUE?
BUENO...
...CUANDO APAGO MI COCHE SIEMPRE SE QUEDA COMO ANDANDO
¡AFINADA, CORRECTO!
LUEGO, CUANDO ACELERO LA AGUJA DE LA GASOLINA SE CORRE HACIA ABAJO
REVISIÓN DE PICHANCHA Y CALABAZO ¿QUÉ MÁS?
PISO EL FRENO Y EL COCHE PATINA
FALTA DE BUJÍA TÉRMICA EN BALATAS. ¿QUÉ MÁS?
ES TODO
MUY BIEN, REGRESA EN 10 MINUTOS Y TE TENGO TU PRESUPUESTO
¡PLAF!
10 MINUTOS MÁS TARDE...
¿CINCUENTA MIL PESOS? ¿POR QUÉ TANTO DON TRÁCALA?
¡NO ES MUCHO!
DE LA AFINADA, LOS FRENOS Y LA AGUJA DE LA GAS. SON QUINIENTOS DEL ÁGUILA
¿Y POR QUÉ SALE EN CINCUENTA MIL?
¡TÍPICO! ¡MEJA VOLVIÓ A APLICAR!
¡PAF!
POR EL GOLPAZO QUE LE PUSISTE A LA FASCIA... ¿POR QUÉ NO TE FIJAS, QUIQUE?
TRINO

SUMARIO

Abril de 2009
Núm. 386

6→ YO, CONSUMIDOR
Tus cartas, tus comentarios, tu voz

8→ MITO URBANO
Un fiasco monetario que llegó demasiado lejos: el amero

11→ CONTENIDO NETO
El mundo del consumo gira en una sección

32→ PLATILLO SABIO PROFECO
Cuatro nutritivas ideas para que sorprendas a tu familia

34→ NUTRICIÓN
El chile: el alimento maravilla

36→ DIVÁN DE NUTRICIÓN
Respuestas nutridas para dudas hambrientas

38→ ENTREGA ESPECIAL
La guía más completa para comprar pescado en esta Cuaresma y durante todo el año

44→ EL LABORATORIO PROFECO REPORTA
¿Tienes listas las galletas saladas? Mejillones, ostiones y sardinas: elige los mejores

50→ RADIOGRAFÍA DE LOS SERVICIOS
Mantén tu auto como nuevo

57→ RADIOGRAFÍA: CONTENIDO EXTRA
Tu auto *vs.* los baches

64→ EL LABORATORIO PROFECO REPORTA
Imprime, escanea, fotocopia: multifuncionales, tu oficina en casa

70→ ENTREGA ESPECIAL
Cuando la crisis le pega a la vida real: 25 soluciones para encarar los malos tiempos

76→ PEQUEÑOS CONSUMIDORES
Sopa de letras para recordar los derechos de los niños

78→ SERVICIOS ABORDO
Los canales que **Profeco** pone a tu disposición para que ejerzas tus derechos

80→ EL TURNO DE
Daniel Giménez Cacho responde nuestro cuestionario y desnuda su alma consumidora

¿Inconforme con el servicio médico recibido?

Para ayudarle existe la CONAMED.
Respondemos a su confianza

Es responsabilidad del Estado Mexicano atender las inconformidades de la sociedad, la queja médica es una de ellas.

La CONAMED es una institución especializada, donde gratuitamente, a través de la orientación, la conciliación y el arbitraje les ayudamos a encontrar la solución justa.

5420 7000 Lada sin costo 01 800 711 0658

Vivir Mejor

http://www.conamed.gob.mx
orientacion@conamed.gob.mx

GOBIERNO FEDERAL

ALIANZA POR UN MÉXICO SANO

SALUD

ESTADOS UNIDOS MEXICANOS

Procurador Federal del Consumidor
Antonio Morales de la Peña

Coordinadora General de Educación y Divulgación
Mónica Braun Guillén

Director General de Difusión
Rodrigo Xoconostle Waye

REVISTA DEL
CONSUMIDOR

Director Editorial
Pablo García Camarero

Subdirector Editorial
Alejandro García Williams

Director de Arte y Diseño
Guillermo Serrano

Coordinadora Editorial
Alejandra Sánchez Plascencia

Jefe de Información
José Armando Aguilar Pérez

Corrección de estilo
Alma Rosa Guerrero Gutiérrez

Editor Gráfico
Roberto Paz Amaya

Jefe de Diseño
Víctor M. Gutiérrez García

Diseño
Mónica Miranda, Alfonso J. Solís Loza, Daniel Wilson, Elizabeth Barrera

Colaboradores
Trino, Rodrigo Sánchez, Tania Negrete Adriana Nolasco, Juan Carlos Lavin Montserrat Bustos, Una Pérez Ruiz Leticia Huerta

Ilustradores
Francisco González y García

Ilustración portada
Vena2

Fotógrafos
José Rodríguez Magos, Arturo Buitrón

Consejo Editorial
Antonio Morales de la Peña
Aída Albuerne Piña
Roberto Bello Salcedo
Mónica Braun Guillén
Noreli Domínguez Acosta
Alberto Díaz Trujillo
José Luis Flores Lepe
Raúl García Moreno Elizondo
Esperanza Gómez Mont Urueta
Raúl Reynoso Nuño
Jaime Salazar Silva
José María de los Santos Quezada
Tomás Antonio Trueba Gracián
Miroslava Turrubiarte Thomas
Rodrigo Xoconostle Waye

Vivir Mejor

LOS NIÑOS
TIENEN LA PALABRA

En algunos países el Mes de la Niñez también es de la Recreación. Esto tiene sentido. Al celebrar a los niños señalamos la urgencia de proteger sus derechos; también, de alguna manera, intentamos hacer un homenaje a ese estado de presente continuo –y ninguna preocupación por el futuro– que se encarna en un niño que juega, que recrea su mundo a cada hora. Los adultos ya no vivimos allí. Declaramos esa añoranza de forma más o menos clara cuando decidimos que un mes y un día específico, el 30 de abril, esté reservado para la alegría infantil.

Sin embargo, nuestras principales reflexiones deberían aplicarse sobre el camino de ida, el camino del niño al adulto. Los padres somos el modelo que nuestros hijos tenderán a seguir, para bien y para mal, en su vida posterior. Y no tengamos dudas: nos miran con mucho detenimiento. De nada sirve predicar, por ejemplo, los hábitos del ahorro o intentar poner límites a sus deseos si nosotros, frente a ellos, mostramos actitudes de consumo dictados por el deseo, y no por la razón. Si nos ven desfondados, recorriendo ansiosos el ciclo "compro-desecho-compro-desecho", más inclinados a meternos en centros comerciales que a inventar actividades con ellos, ¿cómo podemos esperar que nuestros hijos aprendan el valor real de las cosas, lo que cuesta conseguirlas? ¿Cómo van a entender nuestro clásico regaño de "hay mejores maneras de divertirse que viendo la tele"?

"Los padres somos el modelo que nuestros hijos tenderán a seguir, para bien y para mal"

El consumo inteligente no es sólo una cuestión de derechos inmediatos ante un proveedor, o de conocer las vías de reclamo si una necesidad de consumo no ha sido satisfecha. Es un camino de vida y de bienestar social que se aprende de mejor cuando apenas estamos formando nuestra conciencia, y que implica de paso el respeto por la inteligencia de los niños. Sí, podemos hablar con nuestros hijos sobre por qué un alimento le va a hacer más bien que otro. Nos van a entender. Podemos lograr que nos den su opinión sobre tal o cual anuncio publicitario. Serán capaces de explicarse. Si somos hábiles, si sabemos ejemplificar, les podremos mostrar la forma en que ciertos hábitos de consumo le hacen daño al planeta. Y les quedará clarísimo. Pero si no acompañamos todo eso con la convicción y el ejemplo, es inútil el esfuerzo.

Comentarios y sugerencias: José Vasconcelos 208, piso 14, Col. Condesa, CP 06140, delegación Cuauhtémoc. Apartado postal 20600, México, DF. Teléfono: 5568 8722. Fax: 5553 0574, E-mail: rconsumidor@profeco.gob.mx
Publicidad institucional: 5211 7419

La *Revista del Consumidor*, publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (**Profeco**), está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en el teléfono 5553 0574. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de **Profeco**: se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. **No se autoriza la utilización de la información publicada en la revista con fines publicitarios o comerciales.** Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que **Profeco** lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones.
Certificado de Licitud de Título núm. 1127 y Certificado de Licitud de Contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, con el número PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en Impresora y Encuadernadora Progreso, SA de CV (IEPSA), San Lorenzo No. 224, Col. Paraje San Juan, CP 09830. Distribución en el Distrito Federal por la Unión de Expendedores y Voceadores de los Periódicos de México AC, Calle Guerrero #50, Col. Guerrero, Tel. 5591 1400 y 5591 1401, a través del Despacho Everardo Flores Serrato, Serapio Rendón #87, planta baja, col. San Rafael, CP 06470, Tel. 5128 6670. Editor responsable: Rodrigo Xoconostle Waye. Tiraje: 45,000 ejemplares.

¡La privacidad es tu derecho!

ESTADOS UNIDOS MEXICANOS

Profeco

Registro Público de Consumidores

Si quieres evitar las llamadas publicitarias a tu casa, oficina o celular

inscribe tu número en el Registro Público de Consumidores de la Profeco, sólo marca:

9628 0000

desde México, Guadalajara y Monterrey

01 800 962 8000

sin costo desde el resto de la República

Vivir Mejor

ESTA ES TU VOZ

Envíanos tus dudas y comentarios acerca de la ***Revista del Consumidor***, o bien, tus experiencias relacionadas con la contratación de servicios y la compra de productos, a **rconsumidor@profeco.gob.mx** o a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, CP 06140, México, DF. ¡Escribe ya y cuéntanos tus experiencias!

Ojo: las cartas que sean enviadas a la *Revista del Consumidor* implican su consentimiento para ser editadas y publicadas.

Tus datos e información personal quedarán protegidos conforme a los lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información Pública). No olvides incluir tu nombre completo y una dirección o número telefónico donde podamos estar en contacto contigo.

AGUA Y SOL PARA EL BAÑO

¿En dónde puedo encontrar información adecuada referente a calentadores solares?

—Irma Sánchez

Mira, qué casualidad. Apenas en enero pasado publicamos un reportaje llamado "El hogar verde vence a la utopía", que rastrea diferentes tecnologías sustentables que se aplican a la casa habitación. Descubrimos un proveedor que vende calentadores solares por $10,000: Energisol (energisol.com.mx). Busca también los Solarite (solarite.com.mx) y los Heliocol (heliocol.com.mx).

Si vives en el Distrito Federal, puedes consultar el artículo en cuestión (o comprar el número atrasado) en el Centro de Documentación Profeco, ubicado en Avenida José Vasconcelos 208, planta baja. Si vives en alguno de los estados de la República, puedes acudir a la Delegación Profeco de tu entidad.

LA DEUDA SIN FIN

Foto walmartmexico.com.mx

Tengo una denuncia. Solicité una tarjeta de crédito de la empresa Wal Mart, con la cual pagué un celular a 18 meses sin intereses. Al comprarlo, me explicaron que tendría que pagar $168 mensuales, pero ahora resulta que me están cobrando intereses. No es posible que ya casi liquido el teléfono y todavía me están cobrando más de $1,000 de intereses.

—Margot Cervantes

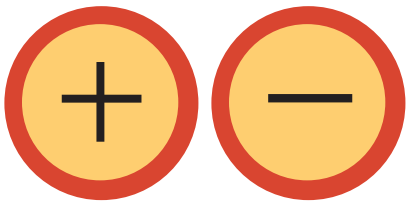
Revisa en la parte posterior de tu tarjeta si el crédito lo otorga una institución financiera o el proveedor (Wal Mart). Si fue un banco, debes acudir a la Comisión Nacional para la Defensa y Protección de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef). Consulta su página en condusef.gob.mx o llama al 5448 7000 o 01800 999 8080, sin costo desde cualquier lugar de la República.

Si el crédito fue otorgado por Wal Mart, **Profeco** es la encargada de intervenir para solucionar tu controversia. Haz uso del Programa de Citas por Teléfono (Procitel). Llama al Teléfono del Consumidor: 5568 8722, o larga distancia sin costo al 01 800 468 8722. Haz tu cita y presenta tu queja en la delegación correspondiente.

NOTA ACLARATORIA

Respecto a la nota publicada en la sección "Miscelánea del consumo" de la edición de enero de 2009 de la *Revista del Consumidor* dedicada al **Cigatronik,** aclaramos que la **Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris)** no avala la comercialización del producto por contravenir la legislación respecto del comercio, distribución, venta y suministro de los productos del tabaco, que en su artículo 16, fracción VI, prohibe **"comerciar, vender, distribuir, exhibir, promocionar o producir cualquier objeto que no sea un producto del tabaco,** que contenga alguno de los elementos de la marca o cualquier tipo de diseño o señal auditiva que lo identifique con productos del tabaco".

CON LAS PILAS PUESTAS



Por favor, ¿me pueden decir dónde debo depositar las pilas? No quiero favorecer la contaminación de la basura. Vivo en la ciudad de Puebla. Muchas gracias.

—José Luis Flores

En la Secretaría del Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat) de Puebla nos informaron de la existencia de un programa llamado Puebla Recicla a Tiempo, el cual se ha encargado de colocar contenedores de pilas y baterías en las tiendas OXXO. Si deseas conocer detalles, llama al 409 0636 y pide hablar con la coordinadora del programa, la doctora Carmen Osuna. Además, nos dicen que en algunos centros comerciales hay contenedores tipo campana en los que también puedes depositar las pilas. De cualquier forma, el almacén general de acopio está en Boulevard Valsequillo 237, a un lado de la estación de bomberos.

Hasta el momento, sólo tenemos constancia de un lugar en el que existen recolectores de pilas en plena vía pública: el Distrito Federal. Ejecutivos de IMU (Imágenes y Muebles Urbanos), la empresa que se ha encargado de colocar estos contenedores, nos informaron que están considerando ampliar su programa a otros estados, aunque no sabemos cuándo pueda suceder esto.

Se trata de un tema interesantísimo. Los especialistas no se han puesto de acuerdo sobre el daño al medio ambiente que supone la inadecuada disposición de pilas. En agosto de 2006, en la *Revista del Consumidor* número 354, publicamos un reportaje que aborda el tema. Te recomendamos que lo leas. Puedes consultarlo directamente en la página de Internet, en profeco.gob.mx. Ahí encontrarás detalles sobre el tratamiento que se les debe dar a las baterías usadas.

REVISTA DEL CONSUMIDOR EN TV, RADIO E INTERNET

Expande tu experiencia como lector de la *Revista del Consumidor* y aprende a consumir inteligentemente con nuestra nueva y variada oferta de difusión de contenidos, además de nuestra página de Internet en profeco.gob.mx:

→ **Revista del Consumidor TV:** cápsulas de 2 minutos y medio que cubren del Platillo Sabio Profeco y la Tecnología Doméstica Profeco, a la actualidad del consumo nacional e internacional. Búscalos en nuestro sitio institucional (profeco.gob.mx/tv) y en YouTube: youtube.com/profecotv.	REVISTA DEL CONSUMIDOR TV
→ **Revista del Consumidor Webcast:** videos cortos pensados para las jóvenes audiencias que navegan en Internet. Búscalos exclusivamente en YouTube: youtube.com/profecotv.	REVISTA DEL CONSUMIDOR WEB CAST
→ **Revista del Consumidor Radio:** nuestra emisión radiofónica se transforma en un programa semanal femenino de ayuda y servicio. Búscalo en la dirección: profeco.gob.mx/radio.	REVISTA DEL CONSUMIDOR RADIO
→ **Revista del Consumidor Podcast:** el podcast oficial de la *Revista del Consumidor* con Fernanda Tapia y Humberto Vélez, disponible para descarga y suscripción desde profeco.gob.mx/podcast.	REVISTA DEL CONSUMIDOR PODCAST

A todos nuestros lectores:

Les recordamos que esta sección es un espacio para que los consumidores compartan sus experiencias de consumo con los demás lectores. La *Revista del Consumidor* no tiene las facultades legales para intervenir en la solución de los problemas que se plantean, pero sí para brindar a los lectores la asesoría necesaria para que, a través de las instancias correspondientes (delegaciones Profeco, Condusef, Conamed, etc.), resuelvan los conflictos que enfrenten con proveedores y prestadores de servicios.

SAR-TEL
Centro de Atención Telefónica del SAR

Aclara tus dudas sobre el
Sistema de Ahorro para el Retiro

Te daremos orientación y asesoría sobre:

- El **Sistema de Ahorro para el Retiro**
- Rendimientos (ganancias) que otorgan las **AFORES**
- **Saber en qué AFORE se encuentra tu Cuenta Individual**
  (Para este punto es necesario que tengas a la mano tu número de Afiliación al IMSS, que puedes consultar en la hoja rosa, credencial azul y blanca, o directamente en la empresa donde laboras).
- Saber qué hacer en caso de que no llegue tu estado de cuenta
- Tipos de Retiros Parciales
- Quejas ante CONDUSEF
- Localización de la Cuenta ISSSTE (A través de un asesor por medio de la CURP)

Teléfono :
01 800 50-00 747

Horario de Atención
Asesoría personalizada de Lunes a Viernes de 8:30 a 21:30 hrs.
y Sábados de 8:30 a 15:30 hrs.
Servicio automático de localización de tu Cuenta Individual
las 24 hrs. del día, los 365 días del año.

¿Una moneda para toda Norteamérica?

Hola amero, adiós dinero

En el último trimestre de 2008, un estadunidense ex conductor de radio sembró el pánico cuando apareció en un video difundido a través de Internet para anunciar el colapso del dólar americano y su reemplazo por una nueva moneda, que no sólo circularía en EU, sino también en Canadá y México, con el oscuro propósito de empobrecernos a todos. La farsa llegó demasiado lejos.

De entrada resultaba tan impactante y tan maquiavélicamente posible, que muchas personas le creyeron absolutamente todo a Hal Turner, norteamericano y ex conductor de una estación de radio en Internet, quien saltó a la fama el año pasado al aparecer en un video –filmado con evidente urgencia y difundido por YouTube– para revelar la más espectacular y secreta conspiración económico-política orquestada por Estados Unidos.

Turner anunciaba el colapso del dólar americano en febrero de 2009 como consecuencia del déficit de gasto de EU, la fusión de EU con Canadá y México, y la aparición del amero como moneda única para los tres países. Incluso mostraba una moneda de 20 ameros, supuestamente acuñada en Denver.

Así, EU salvaría su economía y causaría la ruina de todas aquellas personas, empresas y gobiernos que negocian en dólares, así como la desvalorización de cualquier objeto valuado en esta divisa. Turner lo calificaba como "el mayor saqueo en la historia del mundo". El video de Hal Turner se convirtió en uno de los más vistos en Internet.

Una moneda inviable

El economista e investigador del Centro de Investigación para el Desarrollo, A.C. (CIDAC) Rodrigo Centeno, explica que en el presente es improbable la existencia de una moneda unificada entre Estados Unidos, Canadá y México, básicamente por dos razones fundamentales: la primera es que los pilares a nivel económico tienen diferencias importantes en cada uno de los tres países, es decir, las economías no se parecen.

Este es un diseño del supuesto amero, el cual uniría las economías de Estados Unidos, México y Canadá.

La segunda razón es que tomar la moneda más fuerte o solvente, en este caso el dólar de EU, implicaría la pérdida de control para Canadá y México sobre su propia política monetaria, principalmente en cuanto a tasas de interés y tipo de cambio. "Existen demasiados cabos sueltos que no hacen viable que en este momento circule una moneda en común para los tres países. Que en todo caso sería el último paso de integración bajo condiciones económicas muy serias; tal y como ocurrió en Europa con el euro", señala el investigador del CIDAC.

Por otra parte, resulta paradójico el hecho de que miles de personas le dieran credibilidad a un perfecto desconocido y muy pocas trataran de averiguar quién era Hal Turner. Wikipedia se refiere a él como un comentarista (que no un periodista, investigador o analista) relacionado con grupos racistas y famoso por sus declaraciones de extrema derecha. Tenía su propio programa: *The Hal Turner Show*, como un webcast desde su hogar, que fue cerrado en agosto pasado pero aún mantiene su blog. Ahora ha iniciado una cruzada contra Barak Obama y su gobierno. Y sobre sus pronósticos incumplidos acerca del amero, ya no ha dicho una sola palabra.

El amero NO existe

Al menos no como moneda real, y es el propio Hal Turner quien aporta en ese ya infame video (que, por cierto, todavía circula por la red) dos pistas clave para demostrar su inexistencia:

• La moneda de 20 ameros del año 2007 que muestra Turner en su video es idéntica a una elaborada en cobre y diseñada por Daniel Carr, que se vendió en el sitio amerocurrency.com (ahora está agotada). En el sitio también se pueden adquirir otras denominaciones de "ameros", en versiones de plata y oro, además de las de cobre. Las monedas son meras curiosidades, no es dinero real ni están acuñadas por la casa de moneda de Estados Unidos.

• Turner también habla del envío de 800 mil millones de ameros a China. Como no menciona la existencia de billetes, resulta difícil imaginar la transportación de tal cifra en monedas de cobre hasta el lejano país de Oriente.

Fuente de inspiración

La primera referencia del término Amero es de 1999, cuando Herbert G. Grubel, catedrático de la Universidad Simon Fraser de Canadá, publicó su teoría *El Amero, una moneda común para América del Norte,* en donde el principal argumento era tener una moneda para hacer frente al naciente Euro. La traducción al español corrió a cargo del Centro de Investigación para el Desarrollo, A.C. (CIDAC), ese mismo año.

Información privilegiada a tu alcance

Profeco

Conoce El Centro de Documentación Profeco

CEDOC

Aunque a veces quisieras fulminar con la mirada a los malos proveedores, la verdad es que sólo existe un lugar donde puedes obtener todo el poder para hacer un consumo inteligente. **El Centro de Documentación Profeco (Cedoc)** te ofrece:

- **Asesoría informativa** para apoyar tus decisiones de compra
- **Una vasta biblioteca especializada** en materia de protección al consumidor (visita el catálogo automatizado en catcedoc.profeco.gob.mx)
- **Venta de libros Profeco**
- **Consulta y copia gratuita** de la información producida por **Profeco** (sí, la **Tecnología Doméstica Profeco** y el **Platillo Sabio Profeco** incluidos)
- **Venta y consulta gratuita** de los números de la **Revista del Consumidor**

Visita el Cedoc en Av. José Vasconcelos 208, planta baja, colonia Condesa, México, DF. Horario: de 9:00 a 18:00 horas de lunes a viernes. Para más información, envía un correo a centrodoc@profeco.gob.mx

Vivir Mejor

El consumo inteligente es nuestra misión

Profeco

Un desarrollo personal pleno y una mejor calidad de vida se relacionan estrechamente con nuestras relaciones de consumo. Te presentamos...

LOS 7 PASOS DEL CONSUMO INTELIGENTE

1 CONSUMO CONSCIENTE

Conocer nuestros derechos y obligaciones, así como asumir las consecuencias de nuestra manera de consumir.

2 CONSUMO INFORMADO

Comparar calidad y precio, pensando en satisfacer necesidades reales y en invertir antes de gastar.

3 CONSUMO CRÍTICO

Tener una posición crítica ante la publicidad y la moda, y valorarse por lo que se es y no por lo que se tiene.

4 CONSUMO SALUDABLE

Llevar una alimentación balanceada, evitar fumar y procurar un consumo que fomente el beneficio de la salud.

5 CONSUMO SUSTENTABLE

Elegir productos que sean ecológicos, ahorrar energía y agua, separar la basura y generar menos desechos.

6 CONSUMO SOLIDARIO

Preferir productos artesanales o de empresas socialmente responsables, con políticas laborales justas y procesos de producción limpios.

7 CONSUMO ACTIVO

Hacer alianzas con otros consumidores, con Profeco u otras instituciones para defender nuestros derechos y lograr relaciones de consumo más equitativas.

La información hace al consumidor inteligente. Y a través de las páginas de la **Revista del Consumidor** encontrarás los emblemas de los 7 pasos. Ahora ya sabes lo que significan.

¡Consume nuestra información!

Vivir Mejor

CONTENIDO NETO

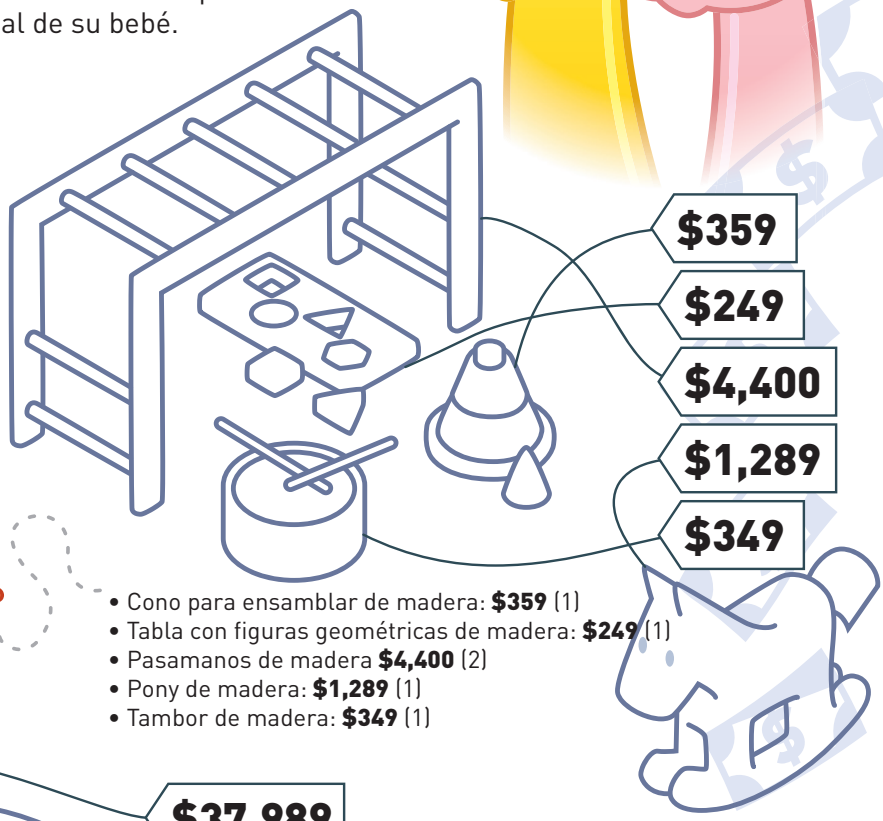
- **¿CUÁNTO CUESTA?** LA ESTIMULACIÓN TEMPRANA DE LOS NIÑOS — Pág. **12**
- **RIVALIDADES** LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL AFECTÓ TAMBIÉN A LAS LAVADORAS — Pág. **14**
- **HÉROES LOCALES** LA JUVENTUD SOLIDARIA TOMA FUERZA — Pág. **15**
- **EXCESOS DE LA MERCADOTECNIA** DEL iPOD AL RIDÍCULO ¡TODO — Pág. **16**
- **EFEMÉRIDES DE CONSUMO** 30 AÑOS DEL WALKMAN — Pág. **18**
- **TENDENCIAS DE DISEÑO** ¿AUTOS INSPIRADOS EN ANIMALES? — Pag. **20**
- **CÓMO REGISTRAR UNA MARCA** DESDE EL NOMBRE HASTA EL DOMINIO — Pág. **21**
- **HECHO EN MÉXICO** UNA MARCA DE DISEÑO AUTOMOTRIZ ESPECTACULAR — Pag. **22**
- **CONSUMO CULTURAL** LIBROS, DISCOS Y TV PARA ALIMENTAR BIEN A TU MENTE — Pág. **24**
- **SALUD** LOS COSTOS MÉDICOS DE SER MUJER — Pág. **28**
- **TECNOLOGÍA DOMÉSTICA PROFECO** MALVAVISCOS EN FAMILIA — Pág. **30**

¿Estimulación temprana o derroche precoz?

Listillo desde chiquillo

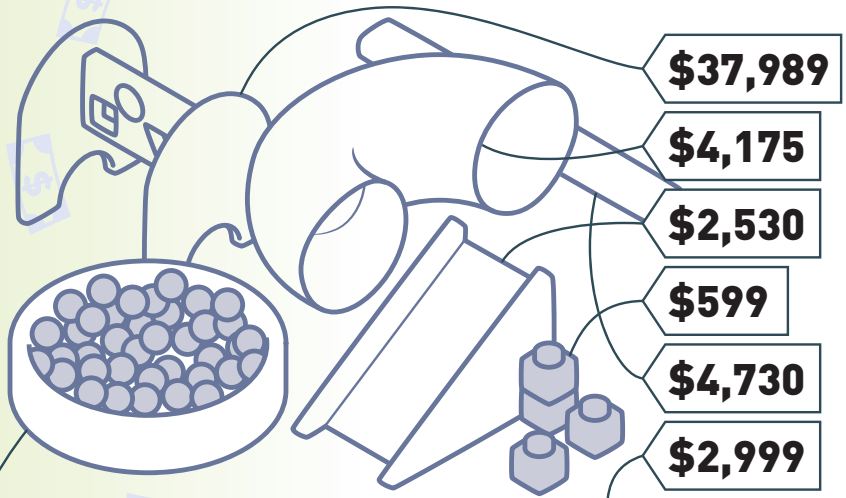
En vísperas del Día del Niño, "tenemos que comprar y hacer lo que sea por el porvenir de nuestro retoño", bien podrían pensar unos hipotéticos papás. Revisemos el panorama al que se enfrentan los que han decidido invertir en el desarrollo físico e intelectual de su bebé.

Que su desarrollo sea lo más cercano a lo natural



$359
$249
$4,400
$1,289
$349

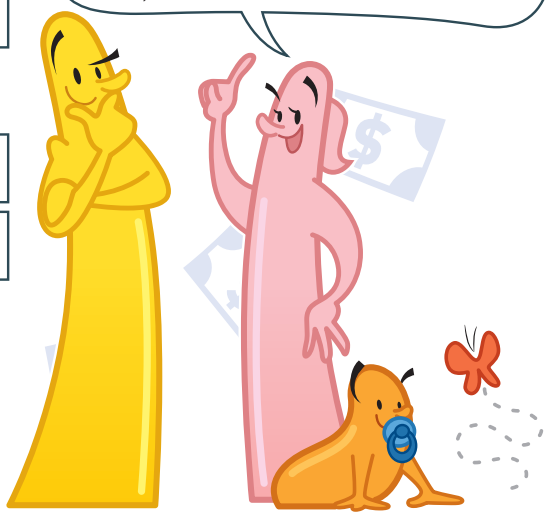
- Cono para ensamblar de madera: **$359** (1)
- Tabla con figuras geométricas de madera: **$249** (1)
- Pasamanos de madera **$4,400** (2)
- Pony de madera: **$1,289** (1)
- Tambor de madera: **$349** (1)



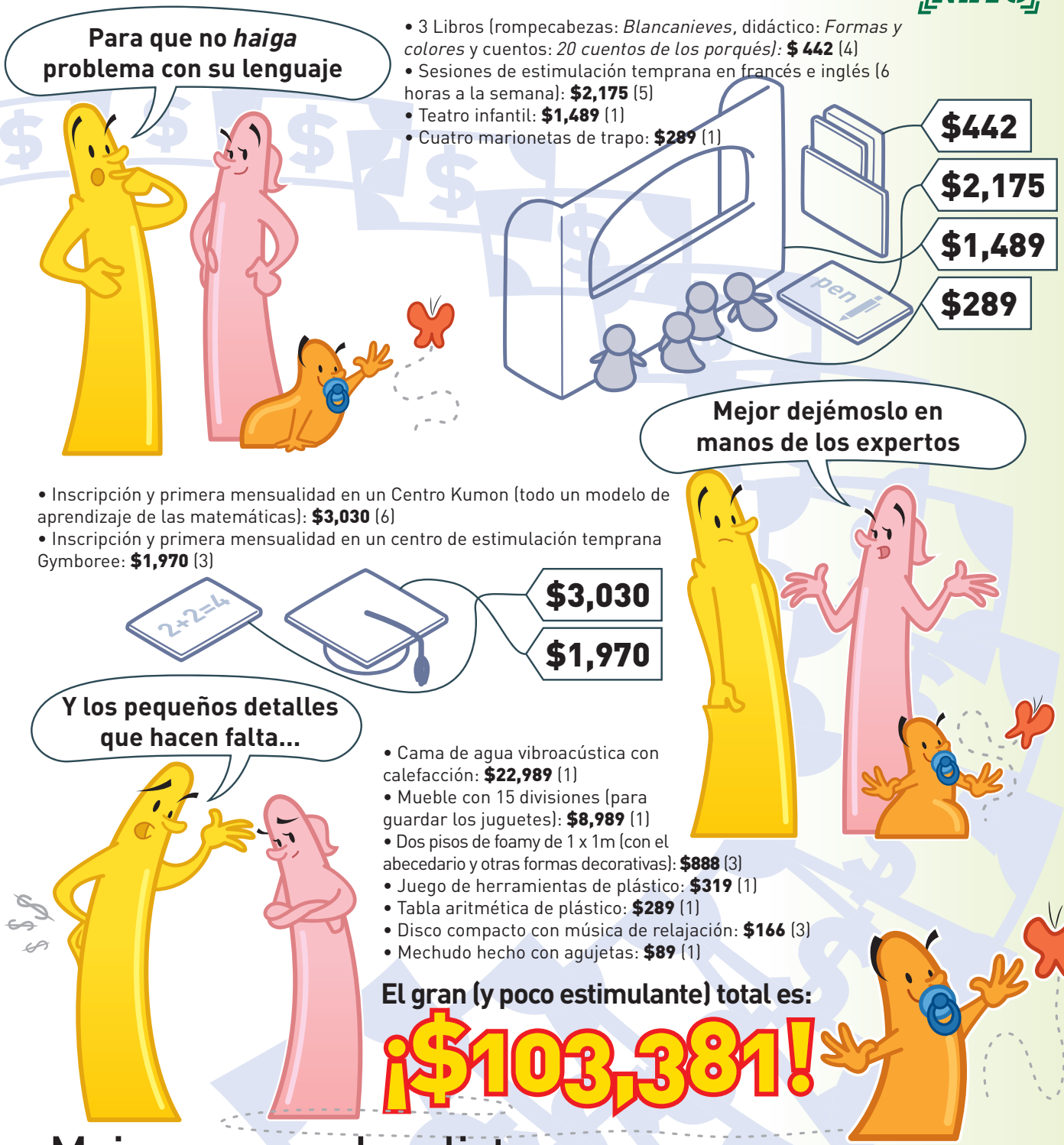
$37,989
$4,175
$2,530
$599
$4,730
$2,999
$589

- Gimnasio para estimulación temprana: **$37,989** (1)
- Túnel barril (de espuma forrada con lona) **$4,175** (2)
- Rampa (1.30m de alto X 60cm de ancho): **$2,530** (2)
- Cubos de construcción: **$599** (3)
- Viga de equilibrio (40cm de diámetro) **$4,730** (2)
- Alberca para pelotas (120cm de diámetro): **$2,999** (1)
- Pelotas para alberca (paquete con 100): **$589** (1)

Para su óptimo desarrollo neuromotor. Sí, tú sabes... neuromotor



Fuentes: Todos los productos y precios aquí mencionados existen. Puedes encontrarlos en: (1) www.thekindershop.com · (2) www.macsport.com.mx · (3) "Estimulación temprana en casa" y "Paso a paso en la estimulación temprana", Brújula de Compra (precios recabados por Profeco) · (4) www.ghandi.com.mx · (5) Baby Star, Centro de Estimulación Temprana (www.babystar.com.mx) · (6) www.kumon.com.mx



Mejor unos padres listos

De acuerdo con Alma Mireia López-Arce, especialista en neurodesarrollo infantil y estimulación temprana de la Facultad de Psicología de la UNAM, un niño sano, bien integrado a un núcleo familiar y con las necesidades básicas cubiertas, no necesita de ningún supuesto producto ingenioso para alcanzar un óptimo desarrollo: "Lo mejor es diseñar una actividad atractiva, donde de forma simultánea se activen varias modalidades sensoriales". ¿Qué es lo que realmente necesita un pequeño para ser estimulado? "Requiere de unos padres bien 'abusados', que aprovechen los estímulos sensoriales domésticos del medio en que se está desarrollando el bebé: arrullos, caricias, canciones, juegos, etcétera".

Infografía Francisco González y García

Rivalidades para el recuerdo

Lavadoras de tapa vs. lavadoras de puerta

Una consecuencia extraña de la Segunda Guerra Mundial

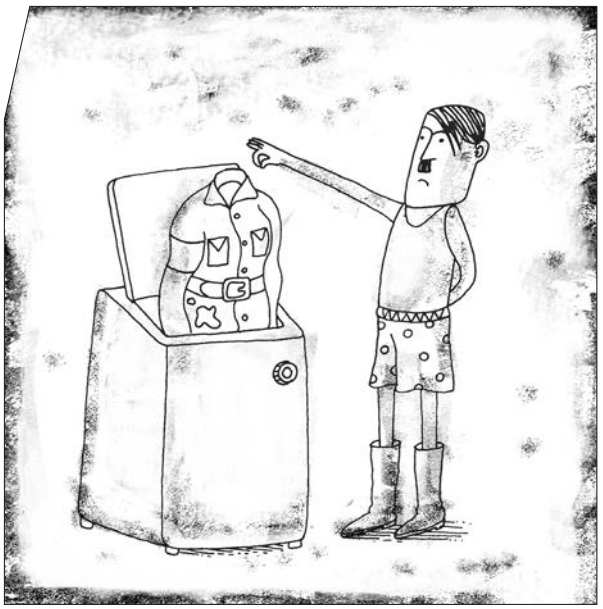


Gráfico Mónica Miranda

Si los nazis hubieran ganado la Segunda Guerra Mundial, sin lugar a dudas, el mundo sería un lugar muy distinto. El alemán sería el idioma global (al menos todos los habitantes de Europa occidental y una buena parte de Rusia lo hablarían), el futbol americano sería conocido como futbol germano, Superman y el Captain America le cederían el lugar a *ÜberMann* y *Kapitän Deutschland* y, lo más seguro es que el ridículo bigotillo Chaplinesco (por no llamarlo Hitleresco) seguiría siendo tan estéticamente horripilante como lo ha sido siempre. Sin embargo, no sólo nuestra existencia habría sufrido terribles cambios; también en el mundo de las máquinas lavadoras de ropa se habría escrito una historia muy distinta.

Mil novecientos treinta y siete. Los primeros años de la lavadora automática para uso doméstico –una con puerta en la parte frontal– se ven ensombrecidos por el comienzo de la Segunda Guerra Mundial. Bendix presenta su modelo con bombo y platillo buscando meter uno en todos los hogares estadunidenses, pero cuatro años más tarde, cuando el ataque a Pearl Harbor motiva que su país entre a la guerra, la fabricación de electrodomésticos debe detenerse. Pese a que durante toda la guerra no aparecen nuevos modelos en el mercado, a muchos fabricantes se les permitió continuar con el desarrollo de equipos, por lo que en 1947, a diez años del nacimiento de la lavadora de puerta y justo cuando Bendix presenta su nuevo modelo –la Bendix Deluxe–, General Electric lanza la lavadora con tapa en la parte superior. La rivalidad entre los modelos nace en ese instante.

Tan pronto apareció a la venta, la recién nacida lavadora de tapa –con carga superior (por la parte de arriba), tina con giro sobre su eje vertical, agitadores con aspas–, se convirtió en un aparato muy popular en nuestro continente. Las familias de la posguerra quedaron enamoradas de sus veloces ciclos de lavado y de la posibilidad de detener el ciclo en cualquier momento para sacar la ropa más delicada;

Pese a ser famosa por sus lavadoras, la corporación Bendix jamás en su historia las ha fabricado; simplemente licenció su nombre.

los fabricantes le dieron un gran impulso también, incluso sin tomar en cuenta que la inclusión de motores las hacía más difíciles de reparar. Rápidamente, las máquinas con carga superior fueron apoderándose del mercado estadunidense hasta llegar a 65% en la actualidad.

Por su parte, en Europa, la guerra había dejado a la economía familiar tan destrozada que nadie tenía dinero para pensar en lavadoras automáticas. De hecho, las semiautomáticas con dos tinas –una para lavar y otra para enjuagar–, que costaban mucho menos, fueron muy populares hasta la década de 1970. De cualquier manera, las lavadoras con puerta, que se cargaban por el frente y se valían de un tambor horizontal y la fuerza de la gravedad, fueron creciendo en popularidad desde su aparición en los 50 hasta convertirse en la elección del europeo. Su tamaño era menor al de una con tapa, por lo que cabía en espacios reducidos y debajo de otros muebles. Además, sus máquinas gastaban poca agua y energía, y dejaban la ropa casi seca luego de exprimir. La elección estaba hecha, y sin importar que hubiera fugas en la tapa o que los ciclos fueran lentos, las máquinas de puerta se apoderaron de 90% del mercado europeo.

Como un estudio de mayo de 2007 de **Profeco** lo comprueba, no existe una clara tendencia de que un formato sea mejor que el otro. Todo depende del fabricante. Desde luego que es innegable que las lavadoras de tapa son más rápidas. Y también es cierto que las de puerta gastan menos agua. Claro, las de tapa son más complicadas mecánicamente. Y las de puerta pueden tener fugas.

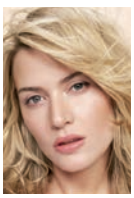
De cualquier forma, si bien actualmente existen modelos híbridos, con tapa y carga por arriba pero con tambor horizontal, o con puerta pero con posibilidad de detenerlas a medio ciclo, son modelos virtualmente desconocidos para europeos, americanos y demás ciudadanos del mundo. A final de cuentas, la decisión de qué lavadora utilizaría cuál país se tomó en el momento en que Hitler fue derrotado. Si tan sólo *ÜberMann* le hubiera ayudado... —*A.R. Sánchez*

Las lavadoras han sido un lugar popular para presentar escenas sexuales en películas, (¡chaca-chaca!).

Amores perros
Vanessa Bauche

La prueba del crimen
Vera Farmiga

Atracción fatal
Glenn Close



Secretos íntimos
Kate Winslet

Héroes locales

Empoderar a los jóvenes

Marioliva González Landa, 25 años. Organiza ferias (con todo y batucada) en el Zócalo de la Ciudad de México y representa a la juventud mexicana en cumbres de alto nivel en la ONU.

"Siempre hay oportunidades, la cosa es buscarlas y si no, crearlas, porque como somos jóvenes podemos mover el mundo". Cuando uno ve y escucha a Marioliva decir esto, en un video de Youtube, sumergida en el festivo ambiente de una feria contra la pobreza que promete terminar en batucada, la mente se inunda de suspicacias. "El trabajo voluntario siempre se ha satanizado. Pero en mi casa ya se resignaron, había cierta preocupación porque entré a una ONG", recuerda. Marioliva González es coordinadora nacional de Gyan México, parte de una red global de asociaciones juveniles que tan sólo en nuestro país agrupa a más de 500 organizaciones. Su misión es poner al alcance de los jóvenes todos los datos posibles que les ayuden a decidir qué es lo mejor para ellos y su comunidad, o como dice Marioliva: "La información es poder y lo que hacemos es empoderar a la juventud". Al principio, Gyan México (youthlink.org/mx) se involucró de lleno en temas del medioambiente, pero hoy sus actividades abarcan temas tan diversos como equidad de género, ahorro de agua, educación y pobreza. "en nuestros talleres trabajamos sobre la consecuencia: lo que tú haces ahora o lo que consumes impacta directamente a otros o al ambiente".

Gracias a su labor, y aquí es donde las suspicacias terminan por derrumbarse, Marioliva ha participado en cumbres de alto nivel y en distintos foros en países como Alemania, Estados Unidos y Sudáfrica. "La idea es que exista un diálogo intergeneracional, que los jóvenes sean reconocidos como agentes de cambio y que cada vez más gobiernos escuchen las propuestas de los jóvenes", afirma. Pero hay algo en la juventud mexicana que, sólo por momentos, hace que Marioliva flaquee: "Ver la apatía de quien, por ejemplo, tira basura en la calle o del que consume unicel. Pero es por falta de información y ese es nuestro objetivo: si sabemos algo, hay que informarlo".

¡Mi ciudad es chinampa!

No todo es estudiantes de pinta y alcoholizados en una trajinera. Xochimilco revive: una red de agricultores indígenas se ha propuesto, mediante un proyecto que trabaja en la preservación de sus campos, sus semillas y sus tradiciones, reactivar la economía tanto en la zona chinampera como en la región montañosa de Xochimilco. El resultado desde hace más de un año es **Productos de la chinampa**, una empresa social y ecológicamente responsable que ofrece alimentos recién cosechados, cultivados artesanalmente, y cuya comercialización da un pago justo para el campesino: rábanos, zanahorias, champiñones, huitlacoche, miel, frijoles, acelgas nopales y hasta pulque. También ofrecen excursiones a sus chinampas, paseos guiados en trajinera, cursos y talleres agrícolas. Según delachinampa.com, su página de Internet, 90% de sus ganancias se reinvierte en Xochimilco.

¿Cómo saber si la playa está limpia?

Llegan las vacaciones y ya estamos pendientes del banderazo de salida para escapar a alguna playa. La mayoría de los agentes químicos y biológicos que pululan en el mar no representan ninguna amenaza para la salud, pero también hay riesgos de contraer enfermedades.

La Secretaría de Salud ha establecido un indicador para saber si una playa es apta o no para uso recreativo: los **enterococos fecales**. Por ello, es importante medir cuántas de estas bacterias se encuentran en el agua. Eso hace la Comisión Federal para la protección contra Riesgos Sanitarios, en coordinación con las Autoridades Estatales de Salud, que monitorean periódicamente 248 playas en los 17 estados costeros del país. Esta información se difunde en **cofepris.gob.mx** y en **semarnat.gob.mx**, página de la Secretaría de Medio Ambiente.

Dado que no todas las playas del país son monitoreadas, procura evitar nadar en una playa en la que encuentres cañerías en descampado. Tampoco te bañes por lo menos 24 horas después de lluvias torrenciales.

Bolsas de plástico: impacto brutal

390 mil toneladas — Cantidad de bolsas de plástico que se producen en México al año

5 mil millones de pesos — Ganancias anuales que genera la venta de bolsas de plástico en México

28% se distribuyen en supermercados

El 72% se comercializa en almacenes de ropa y regalos, tiendas de conveniencia y pequeños negocios dedicados a vender bolsas al mayoreo

20 millones de bolsas — Utilizamos al día los mexicanos

Entre **15 y 22 centavos** — Costo de fabricar una bolsa de supermercado

Entre 400 y mil años — Tiempo en que se biodegrada una bolsa de plástico

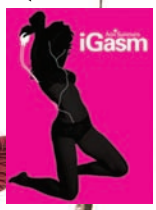
Fuente Periódico *El Universal*

Completamente iNservibles

El español ubica a la *E* como la vocal de aparición más frecuente en nuestros vocablos. Le siguen la *A* y la *O*. En la lengua inglesa, la *E* se lleva el primer lugar. Entonces, ¿por qué demonios los mercadólogos creen que para ser "novedoso", "con actitud" y "enormemente atractivo" lo único que se necesita es anteponer una *I* al nombre de cualquier producto?

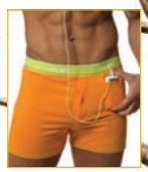
Todo es culpa de Apple y sus productos. Ellos sí saben sobre ser "novedoso" y "con actitud" y "enormemente atractivo". Pero esas cualidades no aparecieron mágicamente al bautizar sus productos (todos con 'i', imposible negarlo); detrás de ese aluminio y de esa pantalla táctil hay grandes mentes y grandes desarrollos. Y parece que el mundo afuera de Apple no entiende eso. Basta con ver el siguiente listado de artículos inútiles para saber que la creatividad es mucho más que una 'i'. ***—A. R. Sánchez***

iGasm
¿Qué ocurre cuando mezclas el placer de la música con el placer de los aparatos con dispositivos de estimulación vibratorios? Una demanda de los abogados de Apple y un vibrador poco exitoso.
annsummers.com



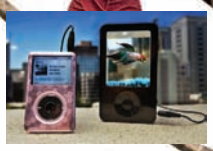
iBreath
Cuando la frase "si toma, no maneje" no significa nada para un inconsciente automovilista, un soplidito al detector de niveles de alcohol iBreath puede ser la diferencia entre una noche de fiesta y una velada tras las rejas.
davidsteele.com

iBoxers
Nada dice mejor "estoy en fuego" que unos calzones con un bolsillo para guardar tu iPod. El problema es que cada que quieras cambiar de canción parecerá que te estás rascando la entrepierna. "¿Traes ahí un iPod o estás muy contento de verme?"
playunderwear.com

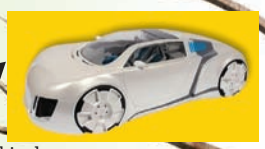


iCarta
¿Necesitas escuchar tu iPod incluso sentado en el WC? La música ste puerto con bocinas que sirve para sostener el papel de baño al menos disfrazará las expresiones sonoras de tus entrañas.
atecflash.com

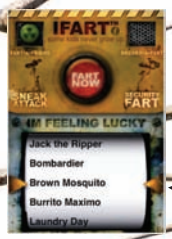
iPond
Por si no fuera suficientemente cruel encerrar a un pececillo en una pecera casi 20 veces más pequeña que la necesaria para que viva con decoro, ¿por qué no acoplar un par de bocinas que reproduzcan la música de tu iPod y así torturarlo incesantemente? Sin página web



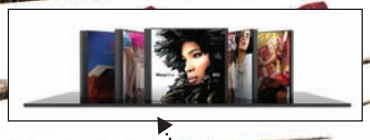
iGrill, de George Foreman
El ex boxeador devenido parrillero sacó una parrilla en la que, además de incluir todo eso que esperas en una parrilla, sirve para conectar tu iPod. Ojalá tu iPod sea a prueba de choriqueso.
georgeforeman-cooking.com



EXOS i-Car
Si los carritos que rebobinaban cintas VHS nos parecían horrendos, el EXOS Interactive i-Car llega a enseñarnos que la idea puede ser peor si el carrito sirve como amplificador de iPod y que el mal gusto es resistente al tiempo.
corgi.com



iGlove Multi
No es sencillo usar un iPod si traes puestos guantes. Suponemos que su desaparición del mercado no tiene nada que ver con su nula utilidad en la vida diaria.
marmot.com



iFart
Esta aplicación para iPhone y iPod Touch es un simulador de flatulencias. Pero no uno cualquiera; iFart tiene alarmas (flatulentas, claro), gases de efecto retardado y grabadora de ventosidades.
ifartmobile.com

iBig Box
¿Desde cuándo un brincolín inflable con forma de grabadora ochentera y dos bocinas diminutas es un puerto para iPod? Lo mejor de todo: este "puerto" cuesta 60 dólares.
liquidationconnect.com

iShelf
Imagina una hermosa repisa en la que puedes acomodar toda tu colección de CD con la graciosa elegancia del Coverflow de iTunes. Suponiendo que por "colección de CD" entiendas "cinco discos" y por "graciosa elegancia" entiendas "completamente inútil".
yankodesign.com

Foto Cortesía Apple

Gráfico Guillermo Serrano

¡Profeco ahora también se ve en Internet!

ESTADOS UNIDOS MEXICANOS

Profeco

Nuestras emisiones de TV evolucionan en cápsulas de 2 minutos y medio. Búscalas en YouTube (youtube.com/profecotv) o en nuestra web institucional (profeco.gob.mx/tv). ¡Entra ya!

¡Webcast exclusivos para YouTube en youtube.com/profecotv!

Vivir Mejor

Los 30 años del Walkman

El inicio de una vida con MÚSICA DE FONDO

Sólo el iPod fue capaz de destronarlo en nuestro imaginario melómano. Hace tres décadas, Sony dio vida a una larga serie de relaciones románticas entre un pequeño aparato de plástico y un consumidor, vía sus oídos. ¿El Walkman nos convirtió en egoístas? No, simplemente nos enseñó a ponerle música a cada segundo.

Fotos walkmancentral.com

Sientes cómo el ritmo te envuelve y te eleva. Desde ahí la vida parece sonreír y te entran ganas de cantar. Estás feliz. Ahora te mira y tú casi flotas en el aire. Se dirige hacia ti danzando, posa sus manos en tu cabeza...

Con un solo movimiento te arranca los audífonos: "¡Pero no oyes que te estoy gritando! ¡Todos están sentados desde hace horas y tu tía te está esperando! ¡Siempre con esa maldita música que traes para todos lados!"

En 1979 la compañía Sony lanzó al público el Walkman. Este estéreo de casete portátil nos demostró que no teníamos que ser santos ni expertos en física cuántica para estar en dos lugares al mismo tiempo. Sólo había que contar con buena música grabada, un arsenal de pilas y este pequeño artilugio haría el resto.

Lado A. La canción de Akio

En 1965, la compañía Philips puso en el mercado, a disposición de cualquiera, una nueva tecnología de grabación: el casete. Gracias a él, Sony pudo diseñar aparatos reproductores cada vez más compactos. Así surgieron en 1968 la TC-50 y en abril de 1978 la Pressman TCM-100. La primera podía tomarse con una sola mano y por la funcionalidad de su micrófono integrado fue utilizada en la misión espacial Apollo 7. La segunda se pensó como un equipo monoaural para los reporteros que necesitaban una grabadora ligera, fácil de manejar y que funcionara con baterías.

La leyenda dice que Masaru Ibuka, el cofundador de Sony, quería disfrutar de

1981
El Walkman II fue el sustituto del TPS-L2. era considerablemente más pequeño.

1981
El WM1 fue el tercer modelo anunciado por Sony. Era más grande y más barato.

1982
La gran novedad: el WM-F1 ya traía incorporado sintonizador de radio FM.

1984
El primero de la serie Sports, el WM-F5, era resistente al agua.

1984
El DC2, con la flamante tecnología Dolby C Noise Reduction.

1987
Este modelo utilizaba energía solar para y, ajá, era resistente al agua.

la música en sus largos viajes en avión sin molestar a nadie. Akio Morita, el otro mandamás, escuchó atento sus lamentos acerca del peso y tamaño de los reproductores estereofónicos.

Cual Eva saliendo de la costilla de Adán, el primer Walkman salió de las entrañas de la grabadora Pressman. A simple vista era exactamente igual, de no ser porque se le había quitado el circuito de grabación, el contador de cinta, y a la bocina la reemplazaron por un amplificador estereofónico. La reducción en su peso se logró con la utilización de más piezas plásticas, dejándola en unos "ligerísimos" 300 gramos.

Luego vino el nombre: si su "mamá" era la Pressman (Hombre-prensa) a los de mercadotecnia les pareció lógico bautizarlo como Walkman (Hombre-camina). Akio Morita se encontraba de viaje y cuando se enteró de ese desafortunado nombre ya resultaba demasiado tarde para cambiarlo.

De hecho, las primeras unidades del TPS-L2 (como se le conoció originalmente) no ostentan el nombre Walkman, sólo la palabra STEREO en su cuerpo de color azul metálico y hasta se intentó darle otros nombres en diferentes países.

Pero si "Walkman" comenzó siendo un error gramatical, con el tiempo y la popularidad se convirtió en una palabra genérica que fue admitida en los diccionarios Oxford y Larousse.

Lado B. Baladas de Andreas

En los años 60, Andreas Pavel, brasileño nacido en Alemania, concibió el Stereobelt o el estéreo portátil de cinturón, un medio para ponerle una pista sonora, un *soundtrack* a la vida real.

"Pero si 'Walkman' comenzó siendo un error gramatical, con el tiempo se convirtió en una palabra genérica que fue admitida en los diccionarios Oxford y Larousse."

Según una entrevista realizada por Larry Rohter para el *International Herald Tribune,* del 12 de diciembre de 2005, Pavel realizó la primera prueba de su invento en febrero de 1972, en Suiza, cuando se encontraba con su novia en las montañas. "Apreté el botón y de repente estábamos flotando. Darme cuenta de que ahora tenía los medios para multiplicar el potencial estético de cualquier situación en la que me encontrara me produjo un sentimiento increíble", narró Pavel al periodista.

Él intentó, sin éxito, venderle la idea a Yamaha, Philips y Grundig. A los ejecutivos de esas marcas les pareció que andar caminando con unos audífonos era algo que sólo un loco haría. De todas formas, Pavel pidió una patente en marzo de 1977 en Milán y posteriormente llevó su invento a los registros de Japón, Estados Unidos, Alemania e Inglaterra.

Después de 25 años de pleitos, en 2003 Sony aceptó llegar a un arreglo con Pavel fuera de la corte. En el trato se estipuló el pago de una suma no revelada por concepto de regalías (se calcula arriba de los 10 millones de dólares), y lo más importante: el reconocimiento de la megacompañía de que Andreas Pavel es el inventor del estéreo personal portátil. Esto lo confirmó el semanario alemán *Der Spiegel* hablando directamente a las oficinas de Sony en Tokio.

Cambiando el casete: la vida con audífonos

Lo que sí pertenece a Sony o, más bien, a Akio Morita, fue nuestro extravagante deseo de conectarnos a un equipo de más de un cuarto de kilogramo colgando de una cinta negra.

En su libro *Made in Japan,* Morita menciona que si al inicio pensó "que se consideraría descortés que un persona escuchara música aislándose del resto de la gente, los compradores empezaron a considerar a sus equipitos estereofónicos portátiles como algo muy personal. Y si bien yo esperaba que la gente compartiera sus Walkman, descubrimos que todo el mundo quería tener uno propio; por eso eliminamos el "hotline" –un botón que te permitía hablar con tu compañero por encima de la música– y, más tarde, en la mayoría de los modelos quitamos una de las dos entradas para audífonos".

Cada quien obtuvo el poder de decidir la música que quería oír y en dónde quería hacerlo. El Walkman fue el inicio de una revolución en la forma en que escuchamos y nos relacionamos con la música que aún hoy tiene vigencia y sigue creando repercuciones. Es una revolución donde la gente no grita consignas; más bien, las canta. Casi siempre muy mal, por cierto. ***—Tania Negrete***

1989
Se introduce el primer equipo con audífonos inalámbricos del mercado.

1990
My First Sony buscó acaparar el mercado infantil. Era un modelo muy básico.

1992
El sistema Mega Bass lograba mejor sonido en aparatos más chicos.

1992
La serie WM-FX fue la primera en incluir una pantalla de LCD en la tapa.

1995
La tecnología AMS permitía recorrer canción por canción, como un CD.

1997
Con casi dos décadas de vida, se detiene la producción del Walkman de casete.

El diseño automotriz (y su publicidad) imitan a la naturaleza

Gatos con garras DE CAUCHO

¿Qué ves en un auto? ¿Los ojos de un lince? ¿La dentadura de un jaguar? Fue un publicista, y no necesariamente un diseñador, quien puso esas ideas en tu cabeza.

Ecovia. La UNAM está desarrollando un auto ecológico inspirado por la mascota de esta casa de estudios, el puma, que será impulsado por hidrógeno y celdas de combustible. El Ecovía será utilizado para vigilancia, auxilio vial y transporte de personas.

Quizá se deba a nuestra herencia cultural o a nuestra propia naturaleza, pero estamos acostumbrados a darle características humanas o animales a objetos inanimados. En algunas religiones antiguas se creía que cada objeto poseía una fuerza vital interior; por lo que no parece extraño que en el mundo moderno veamos productos con propiedades vivas. El entorno del automovilismo no escapa de estos recursos comerciales y desde hace años se pueden apreciar diseños de vehículos que reflejan alguna cualidad animal o humana. La parte del auto que hace uso de estas técnicas es el frente, que para algunos recuerda a un rostro donde las reflexiones sobre la personalidad, el carácter y la expresión de un individuo se proyectan. También aplica en el caso de cualidades animales como la agresividad, la agilidad o la velocidad. Claro, con un poco de ayuda de los creativos encargados de la publicidad.

De acuerdo con un estudio realizado por la Universidad de Viena, una tercera parte de las personas le atribuyen rostros humanos o animales al 90% de los autos. Entre más les atraía el auto a los encuestados, mayor número de características humanas le encontraban. La campaña que mejor hace alarde de esto

Mercedes-Benz Bionic. Un prototipo diseñado a partir de la estructura de los peces cofre o peces caja (de la familia *ostraciidae)* en el que se destaca su excelente aerodinámica y sus bajos consumos de combustible. Se presentó en el 2005 y montaba un motor turbodiesel de 1.9 litros y cuatro cilindros que producía 138 HP.

es probablemente la lanzada por Dodge para promover su auto Neon, que en 1994 debutó, en el medio tiempo del Super Tazón, ni más ni menos, con el lema "El auto que dice 'hola'".

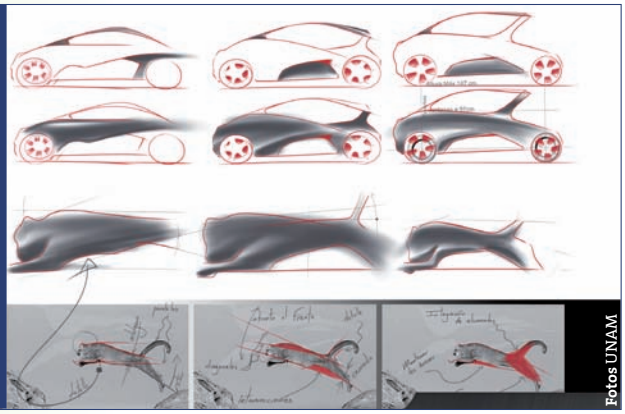
Según Rogelio Rivera Nava, director editorial de la revista *Car and Driver México*, los automóviles muy pocas veces se diseñan para que aparenten tener expresiones humanas (antropomorfos) o representen cualidades animales (zoomorfos), eso normalmente se logra mediante herramientas de marketing: "Intervienen

Alfa Romeo BAT (Berlinetta Aerodinamica Tecnica). Se trató de una serie de vehículos conceptuales –nunca se llevaron a producción–, que nacieron de la colaboración entre la casa de diseño Bertone y Alfa Romeo en 1953. La idea era crear autos con la menor resistencia aerodinámica posible y para eso usaron cortes invertidos en la carrocería que simulaban alas de murciélagos.

tantas personas y procesos en su desarrollo que si alguien tiene la intención de fabricar un auto que parezca un animal, es difícil lograrlo de una manera obvia debido a que normalmente se trata de un tema de equilibrio. Lo más importante es la funcionalidad porque es muy fácil caer en los terrenos de lo ridículo".

Así que la próxima vez que decidas comprar un auto porque la televisión o las revistas te aseguraron que obtendrías la fiereza de un león, recuerda que se trata de un truco publicitario y no de un lenguaje de diseño. Hay cosas más importantes qué revisar debajo del cofre, como la potencia del motor y el rendimiento de combustible, que si el diseño frontal nos recuerda a un gato o a un adolescente enojado. —*Juan Carlos Lavín*

La UNAM desarrolla el Ecovia como parte del proyecto *La Ciudad Universitaria y la Energía*. Gerardo Arzate, coordinador y jefe de diseño, explica que "**el transporte genera 30% de la contaminación que afecta al mundo**, por lo que queremos ayudar a reducir esta problemática". El Ecovia alcanzará los 80 km/h y correrá con hidrógeno y baterías recargables.



Fotos UNAM

CONSUMO INFORMADO

Cómo registrar tu marca

Juan Pérez SOLUTIONS

Tuviste una idea genial. Ahora protégela. Convertir tu producto o servicio en una marca registrada es sencillo: sólo necesitas ese nombre y logotipo que revolucionarán el mercado, unos cuantos documentos y mucha paciencia. ¡Ah!, y algo de dinero.

Gráfico Víctor M. Gutiérrez G.

Como te ven, te compran. Una marca es todo signo visible que distingue productos o servicios de otros de su misma especie o clase en el mercado. Puedes registrar como una marca casi cualquier cosa (desde tu nombre, tus garabatos y hasta el apodo de tu perro), siempre y cuando sea original e inconfundible. Sólo tienes que acudir al **Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial** (IMPI) y hacer lo siguiente:

1. Solicita un servicio de búsqueda para asegurarte de que no existe ya una marca idéntica o similar a la tuya. El trámite, que no es obligatorio pero que puede ahorrarte mucho tiempo y dinero, cuesta $113 y se solicita mediante un escrito. Tal vez no seas tan ingenioso como pensabas.

2. Llena la solicitud de registro de marca. Este es el primer paso para que ningún oportunista puede robarte el resultado de ese derroche de ingenio y creatividad que, por qué no, podría significar millones. Te solicitarán, entre otros datos:
- Tu nombre y domicilio.
- El tipo de marca que quieres registrar. Hay cuatro opciones:

Nominativa: palabras sin diseños.
Innominada: diseños sin palabras.
Tridimensional: envases o empaques en tres dimensiones, que no contengan palabras o dibujos.
Mixta: combinación de las anteriores. Puedes registrarlas todas juntas o cada una por separado.
- Etiqueta o impresión fotográfica de tu marca.
- La fecha en que comenzaste a usar la marca con fines comerciales.

Garras de dragón

Un águila cobija con sus alas a una madre mientras ésta amamanta a su hijo. La idea les gustó tanto en China que la convirtieron en una marca registrada: el logotipo de la empresa Giordon, que desde 1994 ofrece sistemas de seguridad (que no social) para automóviles, es idéntico al emblema que utiliza el IMSS desde hace más de seis décadas, nada más que en color rojo. El águila en las garras del dragón.

GIORDON®

- La clase a la que pertenece tu producto o servicio (el IMPI tiene un catálogo en el que puedes ubicar el ramo que te corresponde).
- Tu firma y la fecha.

3. Paga en el banco. El costo total por el registro de una marca es de $2,497 y se paga mediante un formato que es proporcionado por el IMPI.

4. Lleva tus documentos:
- Solicitud de registro (necesitas el original y tres copias).
- Comprobante de pago (una vez más, original y copia).
- Seis etiquetas o impresiones fotográficas de tu marca.

5. ¡Listo! Pero no tan rápido. Si tu marca es aprobada y se convierte en una marca registrada, tardarán seis meses en entregarte tu "título de registro de marca", que te ampara como único dueño de tu idea por los próximos 10 años.

El trámite se complica un poco cuando recurres a un apoderado, y peor si una marca similar ya estaba registrada. Busca más información en impi.gob.mx y sal de toda duda, o al teléfono 01 800 570 5990.

Oficinas regionales del IMPI:
Central: México, DF (Periférico Sur 3106, colonia Jardines del Pedregal)
Occidente: Zapopán, Jalisco
Norte: Monterrey Nuevo León
Sureste: Mérida, Yucatán
Bajío: León, Guanajuato
Centro: Cholula, Puebla

Top 10 Las marcas más valiosas del mundo

1	2	3	4	5
Coca-Cola	IBM	Microsoft	GE	Nokia
6	**7**	**8**	**9**	**10**
Toyota	intel	i'm lovin' it	Disney	Google

Y las 5 más valiosas en Estados Unidos

Valor de marca (en miles de millones... de dólares, *of course*)

Walmart	Best Buy	The Home Depot	Target	CVS/pharmacy
129,809	21,981	20,809	17,111	12,566

Fuente Best Global Brands 2008 y The Most Valuable U.S. Retail Brands, Interbrand.

Diseño automotriz 100% mexicano

Mastretta pisa el acelerador

Una compañía dedicada a la fabricación de vehículos para el transporte público ha decidido lanzar al mercado el primer automóvil deportivo mexicano. Lo mejor de esta historia es que es real.

Cuando escuchamos el apellido Mastretta normalmente lo asociamos con el periodismo y la literatura. Sin embargo, cada vez más personas lo relacionan con el mundo de la velocidad y el diseño de vanguardia. Esto se debe a Tecnoidea, una empresa de diseño industrial que se especializa en proyectos de transporte público. Desde la calle Alta Tensión en el Distrito Federal, la compañía ha diseñado más de 25 modelos de autobuses que tienen como principal característica la practicidad y la resistencia al abuso diario. Estas unidades son ensambladas por otra empresa mexicana, Hidromex, que además de comercializarlas en nuestro país (normalmente bajo marcas como Mercedes-Benz e International) también las exporta a EU y Centroamérica. Y ahora, la empresa se encuentra por lanzar el primer automóvil de serie diseñado y ensamblado totalmente en nuestro país: el Mastretta MXT.

Este coupé deportivo fue concebido por Daniel y Carlos Mastretta, hermanos de la escritora Ángeles Mastretta, y fue presentado con gran éxito en el Salón del Automóvil de Londres el año pasado. Aun cuando Mastretta Design, como también se conoce al estudio de diseño de Tecnoidea, todavía no anuncia de manera oficial el arranque de las líneas de producción para el MXT, ha trascendido que la fábrica tendrá capacidad para producir 150 unidades anuales, de las cuales el 70% serán exportadas a Europa y Estados Unidos y el resto serán vendidas en México. De igual forma, los precios oficiales al público no se han dado a conocer pero diversos medios internacionales reportan que se venderá a no menos de 55,000 dólares.

El coupé deportivo fue concebido por Daniel y Carlos Mastretta, hermanos de la escritora Ángeles Mastretta, y fue presentado con géxito en el Salón del Automóvil de Londres del año pasado.

Para aquellos que se escandalizaron con el precio, hay que recordar que se trata de un deportivo de altísimas prestaciones que ha sido diseñado a partir de la normativa vigente en la Unión Europea para vehículos de producción limitada. Es decir, irá dirigido a un pequeño público de conocedores y coleccionistas de gustos refinados. Es un lujo tener autos mexicanos en mercados internacionales. —*Juan Carlos Lavín*

Foto Cortesía revista AUTOMÓVIL Panamericano, © 2009

Motor 4 cilindros en línea de 2 litros y 16 válvulas de origen Ford; turbocargado y postenfriado
Potencia 240 HP
Aceleración de 0 a 100 km/h Menos de 6 segundos
Velocidad máxima 230 km/h (aproximada)
Dimensiones generales Largo: 3,900 mm / Ancho: 1,750 mm / Alto: 1,150 mm / Distancia entre ejes: 2,415 mm / Peso: 900 kg
Carrocería Plástico reforzado con fibra de vidrio
Transmisión Manual de 5 velocidades
Suspensión Horquillas independientes; resortes y amortiguadores coilover
Frenos Discos ventilados de 11.5 pulgadas
Equipo de serie Reproductor de MP3, aire acondicionado y calefacción

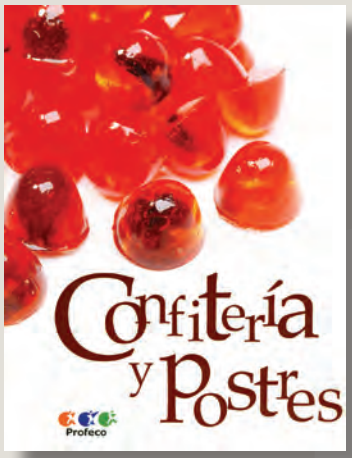
No debas letras, mejor cómpralas

ESTADOS UNIDOS MEXICANOS

Profeco

Conoce los nuevos libros de consumo inteligente publicados por Profeco:

$60.00



Confitería y postres
La mejor y más dulce colección de Tecnologías Domésticas Profeco, para hacer en casa

$80.00

Primeros auxilios para el planeta azul
Ecología para pequeños consumidores. Pasta dura, completamente ilustrado

$65.00

Políticas públicas de consumo
Antología de temas selectos de consumo, concebidos por los mejores especialistas mundiales en el tema

$70.00

Hacia una cultura de consumo inteligente
Los siete pasos del consumo inteligente y otras herramientas para empoderar a losconsumidores

Adquiérelos en el Centro de Documentación de Profeco (Cedoc) ubicado en José Vasconcelos 208, planta baja, colonia Condesa, México, Distrito Federal. Para más información llame al Teléfono del Consumidor: 5568 8722 desde el D. F. y 01 800 468 8722 desde cualquier otra parte del país, o envíe un correo electrónico a memaldonador@profeco.gob.mx

Vivir Mejor

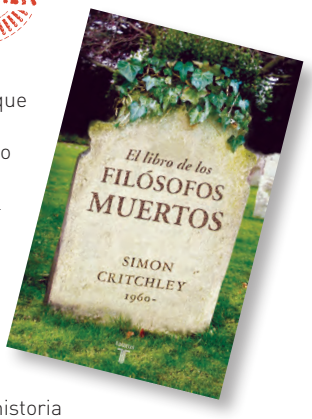
Tu **mente** también **consume**

¿Por qué te recomendamos libros, películas, música...? Porque sabemos que, al ser un consumidor inteligente, te interesa la "alimentación" de calidad (para tu cabeza, claro). Además, te apasiona reflexionar sobre temas relacionados con la vida de consumo, que también encontrarás aquí. ***—Una Pérez Ruiz***

EL LIBRO DE LOS FILÓSOFOS MUERTOS

PARA LEER

Simon Critchley
Taurus, 2009



En nuestra época, más que nunca, hay algo que nos empuja a entregarnos a la acumulación de dinero y objetos, a la intoxicación, así como también a creencias en formas mágicas de salvación, conocimiento e inmortalidad: es el terror a la muerte y al sufrimiento, el más antiguo de la humanidad. En contraste con esa tendencia al consumo desenfrenado y la superstición, está el ideal de la muerte filosófica, pues, como dijo Cicerón, "filosofar es aprender a morir". Si esa preocupación está presente en tus pensamientos, este libro te va a interesar: no habla de teorías o historia de la filosofía, se trata más bien de una variopinta compilación de breves anécdotas sobre la manera en que más de cien pensadores —desde Tales de Mileto, los maestros zen y los santos cristianos, hasta intelectuales contemporáneos— enfrentaron ese hecho que nos iguala a todos, partiendo de una perspectiva biográfica y humanista, nada académica, y narrada con un tono de humor y sano escepticismo que entretiene sin dejar de movernos a la reflexión.

EL BUEN CANARIO

Zach Helm
Sexto Piso, 2009

Suele pensarse que el consumo cultural en México siempre queda a la zaga del de Europa y, sobre todo, de Estados Unidos; quizá sea cierto si atendemos a los productos artísticos comerciales, de difusión masiva, cuyas cifras siempre son apabullantes. Pero también hay un movimiento creativo efervescente que avanza por carriles alternos y representa una opción muy atractiva, si bien menos difundida. Por todo esto, resalta la publicación en México (antes que en ningún otro lado) de *El buen canario*, del joven dramaturgo estadunidense Zach Helm. La obra, que trata de una relación codependiente entre un ex cantinero y su esposa, una escritora adicta a las anfetaminas, debutó en París en 2007. A fines del año pasado y a inicios de este se llevó a escena en nuestro país con Diego Luna e Irene Azuela como protagonistas, bajo la dirección de John Malcovich. Esta interesante edición, con textos del autor y el director, además de fotografías del montaje, nos deja ver cómo una obra se transforma a partir de la lengua en la que se representa y, en este caso, como acertadamente apunta Fabrizio Mejía Madrid en su crónica sobre la puesta en escena mexicana, gana en su traducción al español actual de México, incluso con todo y la violencia de la trama, una extraña calidez.

SONGS FOR ELEONOR

PARA ESCUCHAR

Songs for Eleonor
Discos Tormento, 2009

Con todo y la crisis económica y la manera en que ésta afecta a la industria discográfica, en los últimos años en México se ha dado un interesante movimiento musical alternativo que se difunde, sobre todo, gracias a sitios como mexicoindie.blogspot.com y youtube.com, en donde, entre otros proyectos musicales, destaca el dueto mexicano de música electrónica Songs for Eleonor, formado a fines de 2005 por Karen Ruiz (voz y letras) y Andrés Almeida (musicalización y producción). Su sonido delicado, con reminiscencias góticas y letras inspiradas en sueños que la vocalista ha tenido, ha encontrado tierra fértil entre el público joven mexicano.

Fotos: José Rodríguez

DILUVIO

Jaramar
Discos Intolerancia, 2008

En franco contraste con las producciones al vapor de las estrellas musicales de fabricación televisiva, la cantante jalisciense Jaramar Soto cuenta con diez discos de cuidadosa producción independiente en los que rescata temas de la música tradicional mexicana, así como virreinales, sefarditas o gitanos, a la vez que suele musicalizar poemas de autores tanto antiguos como contemporáneos, dándoles su muy particular estilo interpretativo. Actualmente se encuentra de gira, promoviendo *Diluvio*, un disco de aires modernos en sus acompañamientos, pero que suena intemporal, con canciones que hablan del poder arrasador del amor y, por primera vez, temas de la propia Jaramar, como el que da título al disco. Escucha su versión de "La Martiniana", del oaxaqueño Andrés Henestrosa, y con esa probada tendrás para dejarte seducir por su propuesta musical y querer más de la intérprete.

Algo que puedes evitar

Telerrealidad *vs.* libertad de elección

¿Te has preguntado cuánto ganan las televisoras y compañías telefónicas por cada llamada con la que el público vota por tal o cuál cantante o candidato a ganar algún premio fastuoso en concursos y en programas de telerrealidad? La cifra es nebulosa, pero podemos suponer que es de gran magnitud. El punto de partida de este ingente negocio es la suposición, bastante discutible, de que esos votos equivalen al poder de elección de quien los emite y provocan una sensación de cercanía, de implicación emocional en quien llama, mucho más intensa y directa que el hecho de simplemente ver el programa. Así, el televidente se siente identificado y transformado en un agente activo, que participa en un proceso artístico, en el triunfo deportivo o en una meta de superación personal que lo motiva y le da ilusión, aunque es difícil cuantificar el peso real de cada una de esas llamadas en el triunfo de tal o cual concursante y, lo que queda al final, es el negocio de crear camada tras camada de estrellas. A fin de cuentas, podría argumentarse que si lo que importa son los votos en sí, podrían emitirse mediante líneas gratuitas, páginas web u otros medios y que fuera verdaderamente interactivo.

PARA BUSCAR

UN PROGRAMA DE RADIO
Tierra Adentro

El programa cultural *Tierra Adentro*, que se dedica a apoyar y promover a escritores de toda la República, tiene un interesante programa de radio con entrevistas, lectura de poemas y cuentos, música y diversos invitados, que puedes escuchar los viernes a las 9 de la noche por la estación del IMER Horizonte, en el 107.9 de FM, y sus repetidoras en todo el país, o bien en línea, en imer.com.mx.

UNA PÁGINA WEB
lastresmellizas.com

Una buena opción para entretener a los niños que ya manejan la computadora es el sitio lastresmellizas.com, dedicado a Ana, Teresa y Elena, las traviesas trillizas inspiradas en las propias hijas de la escritora e ilustradora catalana Roser Capdevila, cuyos libros han tenido tanto éxito que se produjo una serie de televisión y una serie de productos alusivos. Pero tú puedes presentárselas a tus hijos sin gastar de más, en este sitio en la red mediante el cual las simpáticas niñas proponen una serie de actividades creativas, juegos y recomendaciones para cuidar del medio ambiente que encantarán a los pequeños cibernautas.

El 17 de febrero fue el día límite para que todas las televisoras estadunidenses cambiaran su señal de análógica a digital.

30 ROCK
Creada, escrita y producida por Tina Fey
Actúan Tina Fey y Alec Baldwin.
Canal Sony Entertainment Television

EN T.V.

La notable comediante, productora y guionista estadunidense Tina Fey –antes guionista del legendario programa de comedia y parodias *Saturday Night Live*– ha ganado notoriedad en los medios gracias a la serie cómica televisiva *30 Rock*, que destaca por su humor ácido e incisivo y el talento de su reparto y artistas invitados. La serie trata sobre una guionista, Liz Lemon (la misma Fey), que escribe un programa de variedades para la cadena NBC (la misma que en realidad transmite la serie) y su relación con su neurótico jefe (Baldwin) y el reparto del programa. Es interesante conocer el trabajo de Fey, más allá de lo humorístico, como mujer creadora en un mundo dominado por hombres, y como artista comprometida con su gremio, especialmente a raíz de la huelga de guionistas hollywoodenses del año pasado, un tema candente y de amplias repercusiones para la comunidad artística en su país y en el mundo; aquí en México, por ejemplo, la disputa entre el escritor Guillermo Arriaga y el director Alejandro González Iñárritu. Si te interesa acercarte más a la problemática de los guionistas en contraparte con las grandes productoras, te recomendamos rentar la brillante cinta *El ejecutivo (The Player)*, de Robert Altman, estelarizada por Tim Robbins. Además de poder verla por televisión, ya se encuentran en DVD las primeras dos temporadas.

Consumo Cultural

Consumidor del siglo XXI

Esta gran herramienta de "empoderamiento" ciudadano será tu vía de entrada al conocimiento exhaustivo de nuestros derechos como consumidores.

Derechos de los consumidores
José Ovalle Favela
Oxford University Press, 2008

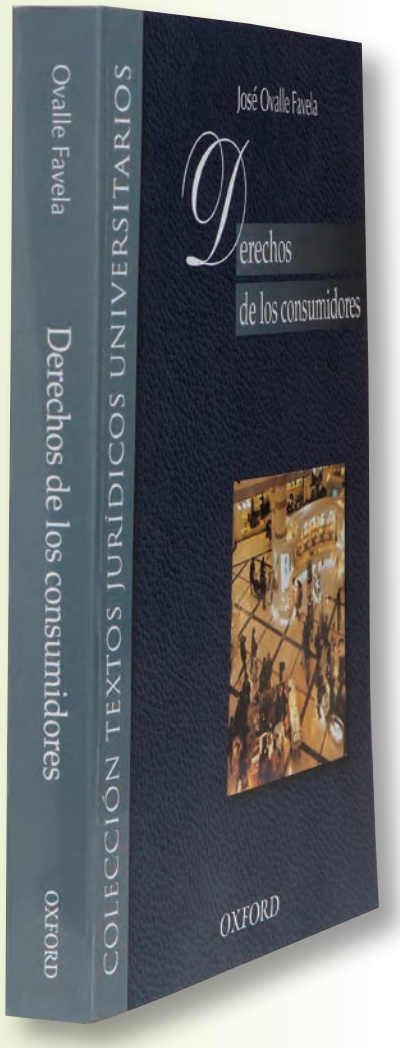


Foto José Rodríguez

El 19 de noviembre de 1975 fue promulgada la Ley Federal de Protección al Consumidor. Se han cumplido 33 años de la irrupción de los derechos del consumidor en nuestro país, y muchas décadas han pasado desde que la inmensa mayoría de los mexicanos participamos con completa cotidianidad de las relaciones de consumo, como en cualquier país industrializado. Por eso sorprende que apenas el año pasado se haya publicado este libro, que en la práctica funciona como la última palabra en lo que al conocimiento exacto de nuestros derechos se refiere.

Aunque quizás era necesario que trascurrieran esos años. Ante los ojos del autor, el doctor José Ovalle Favela, tuvieron que pasar la nueva ley de 1992 y la reforma de 2004 para que se sumaran, como gran obra nacional en construcción, a su cátedra dictada en las aulas de la Facultad de Derecho de la UNAM; a sus inquietudes en el Instituto de Investigaciones Jurídicas y a su experiencia como subprocurador jurídico de **Profeco,** de 1992 a 1994. El resultado de tanta vida del pensamiento es esta obra.

Este libro fue presentado en **Profeco** el 13 de noviembre pasado por Alberto Said y Humberto Ruiz, abogados con amplia experiencia docente y de investigación jurídica.

En la primera parte del libro se desmenuzan, con lenguaje directo, los diversos antecedentes de los derechos de los consumidores. Hay un tono de interesante narración histórica, pues se destacan importantes hechos ocurridos en Estados Unidos y Europa, junto con el amplio catálogo de derechos que nuestra ley contiene. Es, digamos, la descripción de la esencia del tema que nos ocupa, y por eso es probable que se convierta en la parte del libro más didáctica e interesante para los lectores en general, y no sólo los especializados en cuestiones jurídicas.

"Es una valiosa herramienta para los abogados, pero también del interés de cualquier consumidor que quiera conocer cuáles son sus derechos."

En la segunda parte del libro se analiza y comenta cada artículo de la legislación vigente, por lo que es una valiosa herramienta para los abogados, pero sigue siendo, también, del interés de cualquier consumidor que quiera conocer a fondo cuáles son sus derechos.

Además de estas cualidades, *Derechos de los consumidores* es una obra muy actual, pues aborda temas importantes relacionados con la reforma integral a la Ley Federal de Protección al Consumidor de 2004. Por ejemplo, la protección al consumidor intermedio (es decir, los dueños de talleres, de pequeñas tiendas, tintorerías, lavanderías, taxistas...) que constituyó un debate de acceso a la justicia para proteger a aquellas personas que, siendo proveedores, se encontraban sin protección y en desventaja ante el elevado costo de los juicios, por lo que en realidad carecían de mecanismos de defensa. Otro tema: el derecho a la bonificación y compensación, que no es un sustituto del pago de daños y prejuicios, pues la ley señala que la compensación se efectuará sin menoscabo de la indemnización.

¿Detalles demasiado puntillosos, podría pensar algún lector? Bueno, todo consumidor se puede enfrentar a un proveedor que le venda un artículo de mala calidad... Y más vale que conozca ese tipo de detalles para que haga valer su derecho de forma completa.

En la presentación del libro, Alberto Said destacó, como primer mérito de la obra de Ovalle, su capacidad para acercar a los consumidores "al conocimiento de sus derechos en sus relaciones de consumo, por medio de una prosa sencilla y precisa, verídica pero accesible al lector que no requiere de un saber jurídico especializado". Y detalló: "Quien se acerca al texto de referencia encontrará temas tan interesantes de la Ley Federal de Protección al Consumidor como la publicidad engañosa, los contratos efectuados fuera del local comercial, los contratos de adhesión, el autofinanciamiento o el servicio de tiempos compartidos".

Humberto Ruiz, por su parte, identificó dos ejes de la obra, sus cimientos mismos: regulación y supervisión para la protección de la defensa de los intereses de los consumidores. "Esto tiene relevancia por un dato –apuntó–. Durante las décadas de 1980 y de 1990, el mundo entero, en materia de supervisión y regulación de las autoridades respecto de los agentes económicos y financieros, caminó por una etapa de 'dejar hacer, dejar pasar'. La enorme crisis financiera y económica de consecuencias imprevisibles, que se vive hoy día, tiene como causa, entre otra, esa renuncia de la autoridad a regular, a supervisar, a ser autoridad." De esta manera, lo primero que advirtió Ruiz en la obra de Ovalle es que no se dejó seducir por esta corriente que ya se venía arrastrando durante 20 años.

Hay muchas maneras de leer *Derechos de los consumidores.* Queda claro que es un libro destinado a todos los lectores, porque todos somos consumidores, y que el conocimiento aumenta nuestro poder.

¡Estrenamos podcast y programa de radio!

Profeco

- Escucha, descarga y suscríbete al podcast oficial de la **Revista del Consumidor.** Lo conducen Fernanda Tapia y Humberto Vélez.

- Además, nuestra clásica emisión radiofónica se transforma en un programa semanal femenino de asesoría y servicio.

REVISTA DEL
CONSUMIDOR
RADIO
profeco.gob.mx

REVISTA DEL
CONSUMIDOR
PODCAST
profeco.gob.mx

profeco.gob.mx/radio
Programa de radio semanal

profeco.gob.mx/podcast
Podcast de la Revista del Consumidor

Vivir Mejor

Los costos médicos de ser mujer

PREVENIR PARA VIVIR [y ahorrar]

En algunos casos, el organismo de las mujeres es más vulnerable que el de los hombres, por eso los chequeos médicos a tiempo son muy importantes. Conoce cuáles debes hacerte y no esperes a que un padecimiento se te adelante.

No tenemos que ser expertas en biología humana para darnos cuenta de las diferencias físicas entre el cuerpo de los hombres y el nuestro (basta con echar un vistazo a cualquiera de ellos para comprobarlo). Quizás lo que desconozcamos, hasta cierto punto, es que nuestro organismo también se comporta de manera distinta al masculino, y que ciertos procesos fisiológicos pueden ponernos en desventaja ante las enfermedades. Además, hay que tomar en cuenta que en México las mujeres vivimos cinco años más que los hombres, en promedio; esto nos predispone a un mayor riesgo de enfermedades crónico-degenerativas. Muchas de esas diferencias se las debemos a las hormonas, pues en la mayoría de los casos rigen la forma en la que el cuerpo metaboliza cualquier sustancia que requiere para funcionar (desde la grasa hasta el agua) y, si hay desajustes, pueden elevar el riesgo de desarrollar padecimientos más tempranos o incluso más agresivos que en los hombres (sin contar aquellos exclusivos de nosotras, como el cáncer cervicouterino o la diabetes gestacional).

Sin embargo, existe una nueva visión que en los últimos años nos ha permitido alejarnos de las estadísticas fuera de control: los programas de salud ahora están más enfocados a la prevención que a la cura, y los exámenes de detección de enfermedades pueden atacar varias al mismo tiempo. "La visión de los médicos especialistas ha cambiado en los últimos 15 años. Estábamos acostumbrados a tratar pacientes ya con complicaciones desde la primera consulta; ahora tratamos de retardar al máximo esos casos a través de revisiones médicas integrales; ya no basta entrevistar a la paciente y explorarla, también realizamos varios estudios (en el caso de la ginecología, por ejemplo el papanicolaou, la colposcopia, el ultrasonido mamario o pélvico) antes de que ella salga del consultorio", explica Efrén Méndez Trevilla, ginecoobstreta miembro de la Sociedad Científica del Hospital Ángeles del Pedregal. El experto señala que con este tipo de revisiones es posible detectar muy a tiempo cualquier enfermedad tratable, lo cual permite llegar a la curación de enfermedades crónico-degenerativas hasta su totalidad.

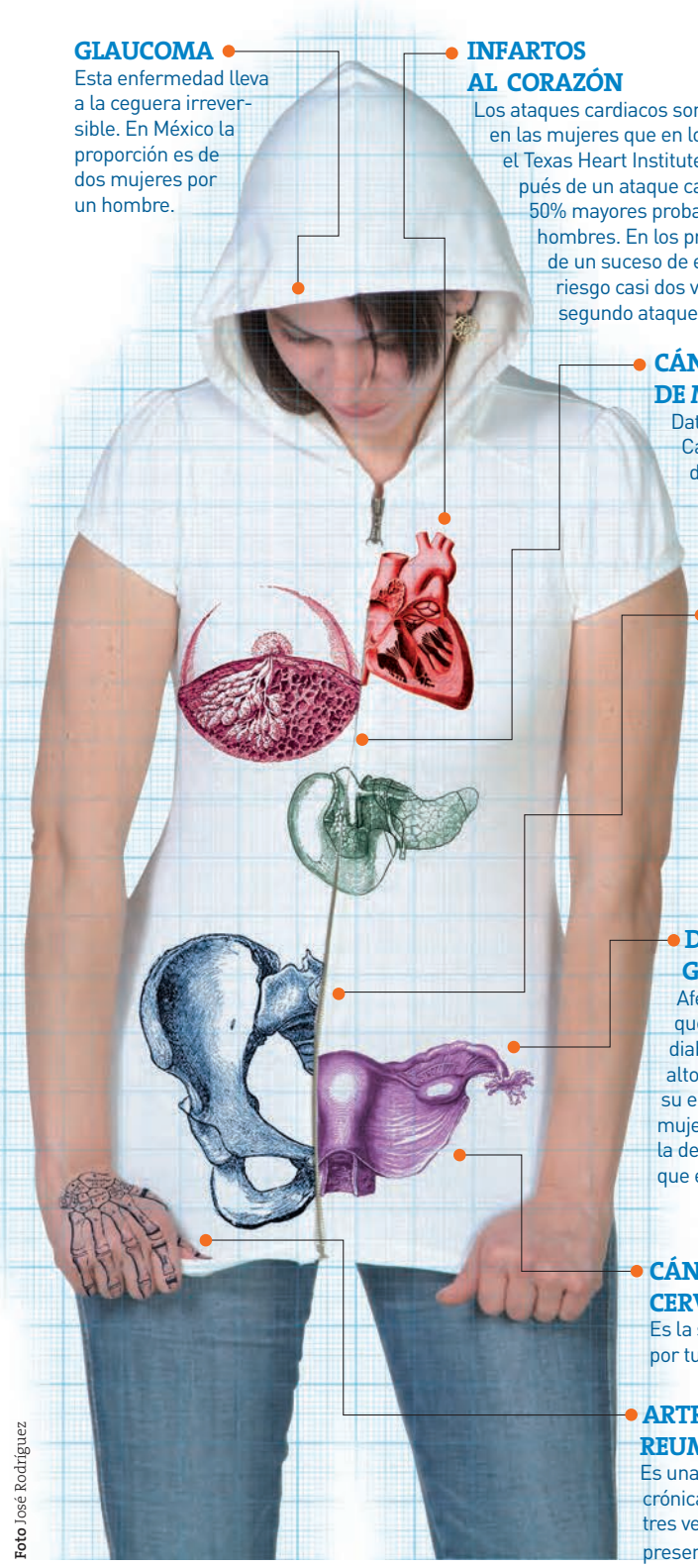
Este panorama en materia de salud es muy alentador, pero si queremos aprovechar todos sus beneficios, las mujeres necesitamos poner de nuestra parte y acudir a realizarnos exámenes preventivos, que a la larga nos significarán un ahorro de dinero y, sobre todo, nos garantizarán una mejor calidad de vida en el futuro. —*Montserrat Bustos*

EXÁMENES SALVAVIDAS

EXPLORACIÓN MAMARIA **Frecuencia:** mensual Para mujeres de 20 años en adelante	**ULTRASONIDO DE MAMA** **Frecuencia:** anual Para mujeres de 30 a 35 años	**MASTOGRAFÍA** **Frecuencia:** anual Para mujeres mayores de 35 años o antes si tienes antecedentes familiares de cáncer de mama	**PAPANICOLAOU** **Frecuencia:** anual Para mujeres sexualmente activas
DENSITOMETRÍA ÓSEA **Frecuencia:** anual Para mujeres de 35 a 40 años en adelante	**EXAMEN DE COLESTEROL** **Frecuencia:** anual Para mujeres de 40 años en adelante	**EXAMEN OFTALMOLÓGICO** **Frecuencia:** anual Para mujeres a partir de los 45 años	**EXAMEN DE PRESIÓN ARTERIAL** **Frecuencia:** anual Para mujeres mayores de 20 años

MAPA DE PUNTOS DÉBILES PARA LA MUJER

Los siguientes son algunos de los padecimientos que suelen afectar a la mujer con mayor severidad por su predisposición a ellos.



GLAUCOMA
Esta enfermedad lleva a la ceguera irreversible. En México la proporción es de dos mujeres por un hombre.

INFARTOS AL CORAZÓN
Los ataques cardiacos son, en general, más graves en las mujeres que en los hombres. De acuerdo con el Texas Heart Institute, durante el primer año después de un ataque cardiaco las mujeres tienen 50% mayores probabilidades de morir que los hombres. En los primeros seis años después de un suceso de este tipo, ellas tienen un riesgo casi dos veces mayor de sufrir un segundo ataque.

CÁNCER DE MAMA
Datos del Instituto Nacional de Cancerología indican que a diario fallecen 11 mexicanas por cáncer de mama; es decir, 15 mil por año.

OSTEOPOROSIS
Una de cada tres mujeres mayores de 50 años la desarrollan. El factor hormonal es el más frecuente en nosotras, pues a partir de la menopausia la concentración de estrógenos desciende e impide que el calcio se fije en los huesos.

DIABETES GESTACIONAL
Afecta a mujeres embarazadas que nunca han presentado diabetes, pero que registran altos niveles de glucosa durante su embarazo. Una de cada 10 mujeres embarazadas en México la desarrollan, una tasa más alta que el promedio internacional.

CÁNCER CERVICOUTERINO
Es la segunda causa de muerte por tumores malignos en México.

ARTRITIS REUMATOIDE
Es una enfermedad inflamatoria crónica de las articulaciones. Afecta tres veces más a las mujeres y se presenta entre los 30 y los 50 años.

Foto José Rodríguez

A TIEMPO ES MÁS BARATO

Foto JArchivo

El costo entre prevenir una enfermedad y dejar que se desarrolle es abismal. Además de las limitaciones físicas, resulta muy caro recuperar la salud. Estos son algunos precios estimados de laboratorios y centros de atención médica. Sólo son cifras de referencia.

DIABETES
Para prevenir
Medición de glucosa: **$140**
Para tratar la enfermedad
De **$6 mil** a **$600 mil**, anuales

OSTEOPOROSIS
Para prevenir
Densitometría ósea: **$1,299**
Para tratar la enfermedad
Medicamentos antirresortivos: **$9 mil**, anuales

CÁNCER DE MAMA
Para prevenir
Mastografía: **$1,000.**
Ultrasonido mamario: **$900**
Para tratar la enfermedad.
Podría rebasar los **$200 mil** (por los costos de cirugías, hospital, estudios, quimioterapia y medicamentos)

CÁNCER CERVICOUTERINO
Para prevenir
Papanicolaou: **$300**
Colposcopía: de **$1,200** a **$1,500**
Vacuna contra el VPH: de **$1,500** a **$2,500** por dosis
Para tratar la enfermedad
Entre **$200 mil** y **$250 mil** (por los costos de cirugías, radioterapia y quimioterapia)

98 **% de los casos de VPH (virus del papiloma humano) son por transmisión sexual; el hombre no presenta síntomas pero es portador. La penescopia es el examen para detectar si un hombre es portador del VPH.**

Tecnología Doméstica Profeco

MALVAVISCOS

Ingredientes:

3/4 de taza de agua purificada

2 cucharadas de grenetina

2 1/4 tazas de azúcar (450 g)

1 1/2 tazas de miel de maíz (300 g)

1 clara de huevo

200 g de fécula de maíz

colorante vegetal

Utensilios: batidora, manga para duya, molde refractario

Vierte la grenetina en el agua y deja que se hidrate unos 5 minutos.

Luego viértala en una cacerola y caliéntala a fuego medio hasta que se disuelva. Retira del fuego y reserva.

En una cacerola mezcla el azúcar y la miel de maíz. Caliéntalo a fuego medio; la mezcla estará lista cuando al verter una cucharadita en un vaso con agua fría se forme una bolita suave y pegajosa.

Bate la clara a punto de turrón, es decir, que tome una consistencia firme y que se pueda cortar. Si deseas en este momento agrega 4 o 5 gotas de colorante vegetal.

Agrega la mezcla del azúcar a las claras mientras continúas batiendo.

Sin dejar de batir, añade la grenetina disuelta.

En un recipiente pon fécula de maíz y marca orificios circulares de un diámetro de 3 cm aproximadamente.

Vacía la mezcla de los malvaviscos en la duya y rellena los orificios de la fécula de maíz.

Deja que se enfríen a temperatura ambiente.

Tiempo de preparación:
1 hora, aproximadamente

Rendimiento:
850 g, aproximadamente

Caducidad:
3 meses

Conservación:
Guárdalos en un recipiente con tapa hermética en la alacena.

Gráfico Francisco González y García

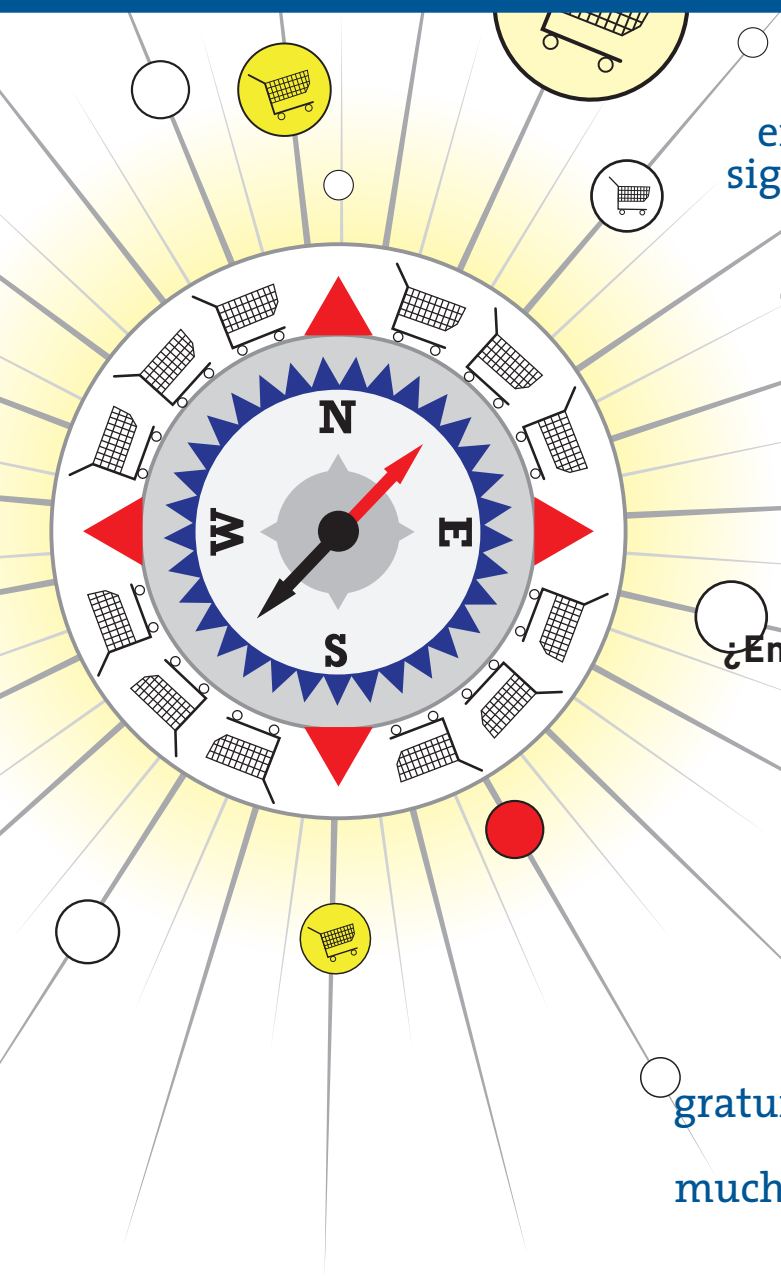
Validación técnica:
Maestro en Ciencias
Miguel Ángel Meza Vudoyra

Recomendaciones

- Si deseas quitarle la fécula de maíz a los malvaviscos (aunque no es necesario), ponlos en un colador y sacúdelos.
- Puedes colocarlos en una coladera y pasarlos por vapor (usa una cacerola con agua hirviendo) y enseguida por azúcar para que queden como gomitas.
- Maneja con mucho cuidado el caramelo en el paso 3, y también cuando lo viertas sobre la clara de huevo, porque la mezcla aún está muy caliente. ¡Mantén alejados a los niños para evitar accidentes!
- Cubre los malvaviscos con chocolate fundido a baño María, decóralos con chochitos e insértalos en un palito para hacer paletas.

Orienta tu consumo

Profeco



Si alguna vez te has enfrentado a una de las siguientes interrogantes:

¿Cuándo y dónde conviene comprar?

¿En qué debo fijarme al contratar un servicio?

¿Por qué suben los precios?

¿Conviene comprar a crédito?

¿En qué se me fue el dinero?

¿Cuál es el impacto de la inflación?

El boletín electrónico gratuito **Brújula de compra** responde a éstas y a muchísimas preguntas más

En la Brújula de compra podrás...

•Ordenar tus finanzas • Leer recomendaciones de compra • Calcular tu gasto en gasolina y telefonía celular; el costo de créditos a pagos fijos, tarjetas comerciales y préstamos prendarios •Imprimir formatos para llevar el control del presupuesto familiar • Participar en sondeos en línea en **profeco.gob.mx**

Recibe gratuitamente **Brújula de compra** en tu correo
Suscríbete en **brujula@profeco.gob.mx**

Vivir Mejor

El **PSP** se refiere a la posibilidad de integrar, en un solo plato, verduras, cereales, leguminosas o alimentos de origen animal, que cumplan con los principios de una dieta correcta.

Los ingredientes han sido cuidadosamente cuantificados para asegurar que las preparaciones sean agradables y nutritivas, es decir, que aporten energía, proteínas, vitaminas y minerales. Además, se usan con moderación alimentos que los expertos en nutrición recomiendan no consumir en grandes cantidades, como carne roja, azúcares refinados, sal y grasas saturadas.

Prepáralos porque, además de nutritivos, son económicos, sabrosos, prácticos y tradicionales.

La Cuaresma, seamos devotos o no, es el "momento" culinario del pescado, adaptado a la realidad económica y las costumbres de cada familia mexicana. Esto no significa que se tenga que consumir un determinado pescado, hay otras alternativas más económicas como el pollo, el huevo o variedades accesibles de pescado como las sardinas, los charales y la lisa, entre otros.

En todo caso, se trata de echar a volar la imaginación en la cocina. Aquí te presentamos cuatro propuestas de **Platillo Sabio Profeco.** Todas deliciosas y nutritivas, como siempre.

El Platillo Sabio Profeco está avalado por la maestra en ciencias Covadonga Torre-Marina.

Diminuto pero poderoso

¡Qué viva el pequeñín! El charal mide entre 5 y 10 cm de largo. Es plateado, delgado y tiene muchas espinas. Como se consume con todo y esqueleto es una excelente fuente de calcio, el charal seco contiene 3.8 g/100 gramos, y su relación es favorable con respecto al contenido de fósforo: 2.38 g/100 g. Abunda en los lagos de Michoacán y Jalisco y se puede encontrar frito, secado al sol o salado.

Foto Archivo

¿Vas a cocinarlos como aquí te proponemos? Cuando compres los nopales observa que no estén reblandecidos y que su superficie sea tersa. Son mejores los de color verde intenso. Para mantener el color verde brillante de algunos vegetales como los nopales, brócoli, espinacas y ejotes, es conveniente cocerlos con la olla destapada durante los primeros minutos y con abundante agua hirviendo, lo que permite que los ácidos volátiles se escapen y los no volátiles se diluyan en el agua. La presencia de ácidos torna el color verde de la clorofila en verde olivo.

La cocción debe ser lo más corta posible; también se puede añadir una pizca de bicarbonato al agua para neutralizar los ácidos presentes y eliminar el exceso de baba; pero es importante cuidar la cantidad: el agua muy alcalina puede dañar la textura de los vegetales.

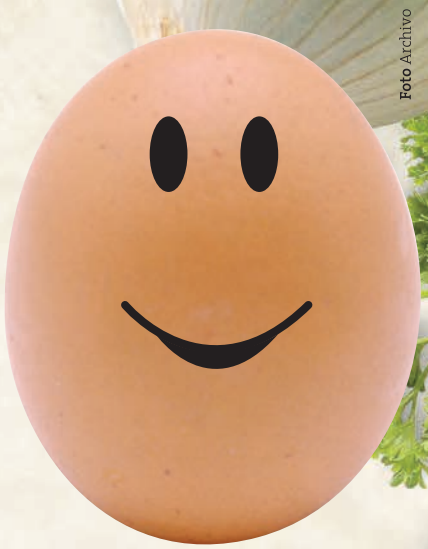


Foto Archivo

No le tengas miedo al huevo

Sin duda es mejor consumir el huevo cocido que crudo, por las siguientes razones: 1) nuestro organismo digiere mejor las proteínas en el huevo cocido; 2) el calor inactiva la avidina, que impide la absorción de la vitamina biotina; 3) una cocción adecuada asegura la destrucción de las posibles bacterias contaminantes. La proteína del huevo es la de mejor calidad, por lo que se utiliza como patrón de referencia para determinar la calidad proteica de otros alimentos.

Hace algunos años se relacionaba el consumo de huevo con el aumento de colesterol en sangre. Actualmente se sabe que el huevo no es el responsable, ya que aunque presenta un contenido elevado de colesterol, el nivel en sangre depende, entre otros factores, de la predisposición genética, el tabaquismo, el sedentarismo, el estrés y el consumo de grasas saturadas. Un huevo de tamaño mediano (60 g) aporta alrededor de 215 mg de colesterol; pero también contiene fosfolípidos como la lecitina, que impiden su absorción, y su relación entre ácidos grasos insaturados y saturados es 2 a 1, lo que se considera favorable en términos de nutrición.

Aunque no existen recomendaciones oficiales sobre el consumo de huevo, las investigaciones sugieren que el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares no se incrementa con un consumo de hasta siete huevos por semana.

El consumo de huevo, como el de cualquier alimento, debe ser moderado dentro de una dieta sana.

¿Sal a la pasta?

Foto Archivo

Muchas recetas sugieren agregar sal al agua de cocción de la pasta. ¿Por qué? Se dice que para incrementar el punto de ebullición, en efecto, el agua salada requiere una temperatura más elevada para pasar a la fase de vapor que el agua pura; sin embargo, ¿qué tanto es tantito? Para cocer un paquete de pasta de 500 g se requieren 5 litros de agua y alrededor de 290 g de sal para elevar en 1°C la temperatura, por lo que añadir sal para elevar la temperatura y acortar el tiempo de cocción de las pastas no es una razón convincente.

La cocción del pescado

Foto Archivo

Para cocer un pescado necesitas una temperatura moderada y tiempo corto en comparación con la carne. Esto se debe a que a diferencia de los animales terrestres, los peces no tienen que soportar su propio peso. El soporte que les brinda el agua les permite tener un arreglo muscular distinto al de los mamíferos. Las proteínas musculares de los peces son cortas y gruesas en forma cilíndrica o de listón; se mantienen unidas por delicadas membranas de tejido conectivo, en lugar de las largas fibras de este tejido que recorren todo el músculo de los mamíferos.

Nutritivo ciudadano del mundo

La sabrosa Venganza del chile

Aunque la naturaleza no tenía reservado el chile para el gusto de los mamíferos, lo cierto es que la capsaicina, el ingrediente activo que lo hace picoso, logró seducir a la humanidad.

La terriblemente picante capsaicina protege las semillas en el fruto y parece ser un repelente químico dirigido específicamente a los mamíferos. Las aves, que se tragan los frutos enteros y dispersan las semillas, son inmunes a la capsaicina. Los mamíferos, cuyos dientes trituran el fruto y destruyen las semillas, sienten sus ardientes efectos.

El mundo identifica a la gastronomía mexicana por la adición de chile, aunque a decir verdad, el picante es fundamental en la cocina de muchas culturas más, como la china, en la que es una especia importante. En Marruecos, Túnez y Argelia el platillo típico *alkuzkuz* se sirve con un aderezo de chile y jengibre. En el sur de Francia, el chile es ingrediente principal de la salsa *rouille*, que significa color óxido, para acompañar sopas, pescados y mariscos. En Hungría, el chile llamado páprika es infaltable en la cocina. Los *currys* y *chutneys* de la cocina hindú, y los platillos nacionales de Etiopía, el wat y la salsa bebere se preparan con especias muy picantes. Toda Asia se encuentra salpicada por platos picantes.

Es indiscutible que a los mexicanos nos encanta comer picante, hecho que es fácil de comprobar, ya que somos los mayores consumidores de chile en el mundo: 8 kg anualmente en promedio *per cápita*, según un reporte del INIFAP (Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias).

Una fiesta de nutrientes en tu boca

El chile aporta antioxidantes, vitaminas A y C, fibra y los propios capsaicinoides, y en menor concentración minerales como hierro y potasio, y es muy bajo en sodio. La capsaicina, que es el compuesto que hace picante al chile, es un antioxidante que disminuye la acción de los radicales libres y procesos inflamatorios. El uso terapéutico de la capsaicina podría ir más allá de sus efectos antioxidantes. Algunas investigaciones muestran que inactiva neuronas encargadas de transmitir el dolor. Estos hallazgos incentivaron el uso de la capsaicina en los mecanismos de transmisión del dolor y como analgésico efectivo para el tratamiento de afecciones como la artritis reumatoide.

La nutrióloga Guadalupe Herrera se lamenta de que las salsas frescas hayan caído en desuso. Ahora los niños consumen dulces con "chile" (cuya base es vinagre y sal) que les irrita el estómago. Los adultos son muy dados a preferir las salsas embotelladas, en vez de frescas, que aportan vitaminas, minerales, fibra.

Es preferible que los niños no coman picante, sino que aprecien los sabores naturales de los alimentos. "No es una buena costumbre que le añadan a la comida mucho limón, sal, azúcar, salsas", concluye Herrera.

El chile por sí mismo no es dañino, en realidad todo depende de la cantidad que consumas y la forma; los chiles fritos, por ejemplo, pican más, pues el aceite permite que la capsaicina se diluya y libere el picante.

El chile es inocente

Es común escuchar que el picante hace daño al estómago, sin embargo, las molestias que provoca una comida abundante, con mucho picante o el exceso de alcohol se debe a la irritación del estómago. No debe confundirse lo anterior con gastritis. Desde el punto de vista médico, la gastritis es la inflamación de la mucosa del estómago (cubierta interna que lo protege de factores que puedan agredirlo).

La nutrióloga Herrera explica que "los efectos de la capsaicina en el organismo son diversos y sí, el chile en exceso irrita la mucosa del estómago, pero no más que otras especias, como la pimienta, o medicamentos, como el ácido acetilsalisílico, contenido en las aspirinas.

Para muchos, parece no haber razón para atormentarse comiendo chile (aunque es una gran fuente de nutrientes), pero para los adeptos, ¡enchilarse es un placer! —***Alejandra Sánchez***

¿Tortura autoinfligida?

A quienes les gusta enchilarse, y luego no saben qué hacer para quitarse la sensación de quemazón de la boca, les aclaramos que beber líquidos como agua, cerveza o refresco para quitarse lo enchilado no es la solución, sino comer cosas que contengan grasa, como queso, leche, crema o yogur. La razón es simple: la capsaicina es soluble en aceite y grasa y no en agua. También ponerse algo helado o sólido en la boca, como arroz, galletas o una cucharada de azúcar alivian lo enchilado. Si lo anterior falla, piensa que en menos de 15 minutos todo habrá pasado.

La capsaicina provoca una sensación de calor que hace reaccionar al organismo, aumentando el riego sanguíneo para disipar el exceso de calor, lo que enrojece el rostro y hace sudar. Así que contrario a lo que se piensa, el chile es refrescante.

Fotos Archivo

¿Te consideras conocedor de chiles?

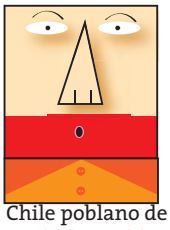
Identifica cada uno de los chiles señalados abajo

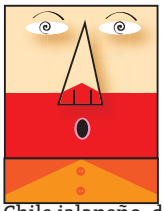
1 El chile jalapeño, conocido también como cuaresmeño, una vez seco se llama chipotle.
2 Cuando las chilacas se secan se conocen como chile pasilla.
3 Pique fue la mascota del mundial de futbol México 86.
4 Se cosecha en marzo y abril, es el cuaresmeño.
5 Al chile poblano seco le decimos chile ancho.
6 Tres chiles que no pueden faltar en un mole: **6a** Chile rojo ancho, **6b** pasilla y **6c** mulato,
7 La forma más común de nombrar al chile serrano es chile verde.

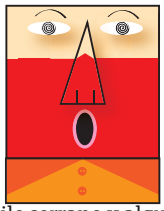
¿Cómo cuánto pica?

La presencia de capsaicina en los chiles determina su grado de picor (pungencia). Para medir el picor se usa la Escala Scoville, inventada en 1912 por el farmacéutico Wilbur Scoville. El pimiento morrón tiene 0 Scoville Heat Units (SHU, por sus siglas en inglés) y el chile más picoso del mundo hasta ahora conocido, el Bhut Jolokia, de 855,000 a un millón de SHU. La Escala Scoville es útil sobre todo para la industria alimentaria, entre más picoso es un chile, se requiere menor cantidad de materia prima. Los chiles de una misma especie pueden presentar diversos grados de pungencia, el chile habanero, por ejemplo, explica un investigador del campo experimental de Mococha, en Yucatán, entre más estrés tenga durante su cultivo, como poco riego, es más picante.

Nomás por curiosidad, las SHU de algunos chiles que consumimos...


Chile poblano de 1,000 a 1,500


Chile jalapeño, de 2,500 a 8,000


Chile serrano y algunos chipotles: 10,000 a 23,000

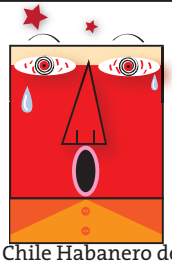

Chile Habanero de 100,000 a 350,000

Gráfico Mónica Miranda

Foto nndb.com.people

Los chiles mexicanos no son los más bravos

Hasta hace poco tiempo, los yucatecos presumían que el **chile habanero** era la variedad más picosa del mundo debido a su alta concentración de capsaicina, lograda a través del mejoramiento genético, y aunque sí es uno de los chiles más "bravos", en septiembre de 2006 se descubrió que el **Bhut Jolokia**,

procedente de la India, se lleva las palmas.

El **habanero** tiene características, como sabor, olor, llamativo color naranja, tamaño, forma y larga vida de anaquel, muy atractivas para la industria de la alimentación y elaborar botanas, sopas, aderezos, bebidas, sazonadores, entre otros productos.

En términos económicos, el alto grado de picor es conveniente en la medida en que se requiere menos materia prima para dar color y sabor a los productos. Tan solo entre 2000 y 2006 el volumen de producción del chile habanero aumentó de 94 a 3,390 toneladas.

"Chile habanero de Yucatán" es la denominación de origen (DO) que se le otorgó al chile habanero producido en el estado de Yucatán, debido a sus particulares condiciones geográficas y de cultivo, pero en la actualidad se busca modificar el nombramiento para que se incluya a los estados de Campeche y Quintana Roo como parte de la DO.

¿Botulismo, glucosa y antioxidantes?

PREGUNTA, QUE ES GRATIS

Sabemos que tienes muchas inquietudes y preguntas acerca de tu propia nutrición y la de tu familia. Nadie puede asesorarte de mejor forma que una especialista acostumbrada a tratar con pacientes todos los días. Por eso, nuestra experta nutrióloga se encargará de darle respuestas a todas las dudas que tengas al respecto. Envíale un correo a rconsumidor@profeco.gob.mx con el asunto "Diván de nutrición".

La nutrióloga **Leticia Huerta** responderá a todas las dudas de interés general que lleguen al correo de la **Revista del Consumidor:** rconsumidor@profeco.gob.mx. Las cartas enviadas implican su consentimiento implícito para que sean editadas y publicadas. Toda la información que envíes a nuestra publicación queda protegida conforme a los lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información).

Abollan tu salud

¿Es verdad que es riesgoso consumir latas de conserva golpeadas o abolladas? He escuchado que ya no es peligroso "porque el botulismo está erradicado". ¿Cuál es la relación entre una lata en mal estado y esa enfermedad?

—Martha García. México, DF

Sí, es riesgoso. Pero definamos primero el botulismo. Se trata de una toxina producida por una bacteria. Es fácil que los alimentos mal envasados (verduras y frutas en conserva, tanto industriales como hechas en casa) se contaminen con ella. También puede suceder que, al golpearse la lata, se produzca una fisura y por ella se introduzca la bacteria.

Foto Archivo

El botulismo es como cualquier otra intoxicación alimentaria (por ejemplo, la salmonelosis), pero presenta una diferencia importante: la toxina botulínica es la sustancia más tóxica que se conoce. Por fortuna, existe una antitoxina que inactiva a la toxina del botulismo, si se detecta a tiempo. Por otro lado, el botulismo no puede estar erradicado, pues no es un virus, como el de la viruela.

No sólo los alimentos enlatados pueden contaminarse y provocar esta intoxicación. También se puede adquirir cuando una herida se ha contaminado y no es atendida.

Existe otro tipo de botulismo, el llamado infantil, el cual es causado por el consumo de miel y jarabe de maíz que contenga las bacterias vivas que producen la toxina. Éstas crecen dentro del intestino del bebé, por lo que no es recomendable darles esos alimentos a los infantes menores de 1 año.

Cuchillito de plástico

¿Tengo que partir las frutas y verduras con un cuchillo de plástico para evitar que se pierdan los antioxidantes?

—Virginia Manrique. Cholula, Puebla

Las frutas y las verduras no sólo contienen antioxidantes (vitamina A, C, E y betacarotenos); además, contienen una gran variedad de vitaminas y minerales. Dependiendo de la fruta y la verdura que consumas, obtienes el tipo de vitamina y mineral. La oxidación (o cambio en su estructura) no depende del cuchillo con el que se corte, sino del tiempo que el alimento esté en contacto con el oxígeno.

La vitamina C es más sensible al oxígeno. Por tanto, mientras más tiempo se mantenga la fruta partida o exprimida, pierde más sus propiedades. Si no vas a comer la fruta inmediatamente después de partirla, te recomiendo ponerla en agua con una pizca de sal o de azúcar para evitar su oxidación. También puedes ponerle directamente unas gotas de limón.

Foto Archivo

Las verduras o frutas que se sometan a cocción tienen mayor riesgo de perder sus propiedades, a causa de las altas temperaturas a las que se someten y el tiempo que se dejan cociendo. Lo mejor es cocerlas en caldo blanco (2 litros de agua, 1 pizca de harina y unas gotas de limón y revolver), entonces ya se pueden poner las verduras en el caldo. El tiempo máximo de cocción es de 10 a 15 minutos.

Mueve tu licuadora

En alguna parte leí que al licuar la fruta se produce una reacción química que libera la glucosa, lo cual es malo para la salud. Por eso, es mejor comer la fruta entera. ¿Es cierto?

—Marco Ayala. Nezahualcóyotl, Estado de México

No, Marco, no es verdad. En general, es más recomendable comer la fruta con cáscara y entera, previamente lavada y desinfectada, para consumir la fibra y disminuir los riesgos de presentar enfermedades como colesterol alto, estreñimiento y cáncer, entre otras.

Si decides hacer licuados con frutas (ya sea agregando agua o leche) o jugos de frutas en extractor, no hay problema. Es una forma práctica de consumirlas y así cubrir una buena parte de las necesidades de tu cuerpo en lo que toca a energía, vitaminas y minerales.

No es conveniente mezclar frutas si tienes problemas de gastritis o colitis, ya que hay algunas, como las ácidas (piña, toronja, naranja) o la sandía y el melón que provocan inflamación del intestino a causa de su fermentación y te harán sentir inflamado.

Foto Archivo

ELLA Y SU SALUD

Psic. María del Carmen Alva López*

Síndrome Post Aborto: El dolor de la ausencia

Un síndrome se define como el conjunto de signos y síntomas relacionados entre sí. En el caso del aborto, se presentan síntomas y signos de carácter físico y sicológico, como la incapacidad para procesar pensamientos y emociones dolorosas, especialmente la ira, incertidumbre y culpa; negación ante el evento sucedido y aislamiento social.

El Síndrome Post Aborto (SPA), denota una pérdida reproductiva que puede ser provocada o espontánea, siendo de características particulares en cada caso.

El aborto es una experiencia traumática que puede ocasionar inseguridad, sentimientos de culpa y aislamiento. El Síndrome Post Aborto puede ser superado si se da atención médica oportuna

Ganar Salud

suscríbete

Aprovecha la **suscripción anual** y obtén **dos meses más ¡Gratis!** Sólo **$300**

GanarSalud

La revista que te cuida

Pediatría • Adolescentes • Salud para Él y Ella • En Plenitud • Nutrición
Salud Mental • Sexualidad • Del Siglo XXI • Medicina del Deporte y **¡Mucho Más!**

¡Suscríbete ya!: 5515 3825 ó 5515 3818, suscribete@ganarsalud.com

Todos los días son de pesca

Cuaresma: la temporada perfecta para poner en todo lo alto las bondades del pescado. También para afirmar que aquel que no lo come durante todo el año se pierde de un maravilloso tesoro culinario y nutricional. Si no eres afecto a sus ácidos grasos y al omega 3, esta guía te abrirá los ojos y te indicará el camino. Si ya eres adicto, disfruta con nosotros. **Por Alejandra Sánchez**

Fotos José Rodríguez

Todavía podemos ver a Chaak, el dios maya del agua. Allí está en una escena de 50 a.C., inscrita en la *Estela I, Izapa:* la deidad recoge peces en una canasta. También navega en una canoa y captura peces con la mano, según contemplamos en la tumba de Tikal, de 734 d.C. ¿Pesca a mano limpia? Podía hacerlo, era un dios, pero con seguridad se ayudó también del ardid de tirar sustancias vegetales que embriagaran y atontaran a sus presas, una ingeniosa práctica que perduró hasta la época colonial en la región maya.

Vestigios de anzuelos de hueso, de espina o madera, cebos de lombrices, flechas arponadas y diversos tipos de redes... Espinas de mantarraya, dientes de tiburón, caparazones de tortuga y conchas desenterradas como ofrendas en tumbas. ¿Tenemos que seguir apelando a la arquelología para demostrar que nuestro país, bañado por dos océanos, es desde hace siglos tierra de profundos conocedores de todo lo que se traslada del agua hasta la cocina? Seguramente, no. Pero el presente es otra cosa. México, comparado con otras naciones, no es un gran consumidor de productos marinos. El Anuario Estadístico de la FAO, señala que los mexicanos consumimos al día 30g de productos del mar, mientras que en Estados Unidos dan cuenta de 57g y en Japón 181g.

¿Está mal? ¿Deberíamos comer más? Si nos preocupa la calidad alimenticia como un factor de bienestar nacional, por supuesto que deberíamos llevar más pescado a nuestras mesas. Hemos mencionado a Japón. Allí se considera que el pescado cumple sobradamente con las tres funciones que debe tener todo alimento: la sensorial, la nutritiva y la asociada con la salud y la prevención de enfermedades.

El pescado es bueno para la salud. Desde que en 1978 se publicaron estudios sobre la baja incidencia de enfermedades cardiovasculares en los esquimales de Groenlandia, cuya dieta es rica en ácidos grasos poliinsaturados omega 3, se asoció la disminución de problemas cardiovasculares con peces como la trucha, el arenque, el atún, la sardina y el salmón, todos rebosantes de omega 3.

Los omega: el fin y el principio

Los pescados pueden ser de agua dulce o de agua salada, y se clasifican en pescados blancos, con poco contenido de grasa, y azules, con elevado contenido de grasa.

El pescado es una fuente de proteínas de muy buena calidad, ya que contiene todos los aminoácidos esenciales que necesita el organismo; además, es rico en vitamina B 12 y en minerales, como el fósforo, el segundo mineral más abundante en el cuerpo después del calcio, con el cual trabaja en conjunto para construir y mantener los huesos y dientes sanos y fuertes.

El secreto del omega 3

¿Por qué la grasa del pescado es benéficiosa para nuestro organismo, y no así la grasa de la carne roja? Las aguas del oceáno son frías. Ajá, casi todos los pescados tienen sangre fría. Si metemos un filete de res en el fondo del océano se congelaría, porque sus células funcionan a la temperatura habitual del animal. Las membranas celulares y las reservas de energía de los peces marinos y del plancton que comen siguen siendo fluidas y funcionales a temperatura de 0°C. Siendo así, los ácidos grasos no se solidifican (y saturan) en cristales.

También contiene vitamina E, que tiene propiedades antioxidantes y mantiene los músculos y los nervios funcionando adecuadamente, al tiempo que ayuda a la formación de los glóbulos rojos y a la utilización de la vitamina K.

El meollo del asunto se concentra en la grasa del pescado, esto es, en los ácidos grasos omega 3, que a diferencia de la grasa saturada originada en animales mamíferos, es imprescindible para el →

Pescado fresco: su carta de presentación

Si no eres muy avezado en esto de comprar pescado, ten en cuenta que un pescado fresco siempre debe contar con las siguientes características:

Ve a lugares establecidos que tengan refrigeradores y congeladores, como supermercados o mercados especializados. Evita los tianguis, porque carecen de las condiciones necesarias de higiene y conservación. Si el pescado está en camas de hielo, no debe estar amontonado.

La carne debe sentirse firme y cuando la oprimas no debe quedarse sumida.

Sugiere olor a mar, con aspecto brillante y las escamas bien adheridas.

Cuando compras piezas enteras es más fácil poder determinar la calidad; además de los filetes, puedes aprovechar la cabeza y los huesos para preparar caldo.

Los ojos deben estar saltones, transparentes, brillantes y firmes.

Evita a toda costa adquirirlo si tiene un olor desagradable (a amoniaco), pues es signo claro de descomposición.

Procura adquirir el pescado el día que vas a prepararlo. No lo dejes fuera del frío durante mucho tiempo.

El color de las agallas debe ser rosado o rojizo y de olor agradable.

No debe contener vísceras, porque éstas pueden estar perforadas y contaminar el resto de la carne.

Tu cocina los espera

¿Cuál es la mejor época para consumir cada una de las especies que nuestros mares nos regalan? ¿Qué puedes esperar de su carne? ¿Cuáles son las más caras y las más baratas? Con este gráfico te darás una buena idea del banquete que está a tu alcance. Un adelanto: entre febrero, marzo y abril consigues excelente robalo, dorado y esmedragal.

Fuente Maestra en Ciencias Patricia Fuentes Mata, Inapesca/Sagarpa

Barracuda ($)
Apariencia Carne blanca, magra y de consistencia firme, algo dura
Temporada Abril, mayo y diciembre

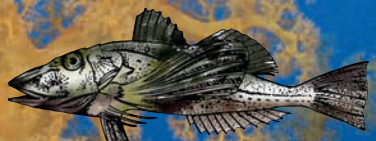
Bagre bandera ($)
Apariencia Carne blanca de pocas espinas, que se deshace fácilmente **Temporada** Febrero, marzo, abril, junio, julio, septiembre, noviembre y diciembre

Lobina ($$)
Apariencia Carne blanca con muy pocas espinas **Temporada** Enero y febrero

Cornuda ($$)
Apariencia Carne blanca y firme, bajo en grasa y pocas espinas **Temporada** Enero, marzo, septiembre, octubre, noviembre y diciembre

Botete ($$)
Apariencia Carne blanca, bajo en grasa
Temporada Marzo, abril, mayo y diciembre

Camarón ($$$)
Apariencia Carne blanca, firme, magra
Temporada Marzo, octubre, noviembre y diciembre



Angelito ($$)
Apariencia Carne grasosa, de textura firme y color blanco
Temporada Marzo, abril y mayo

Berrugata ($$)
Apariencia Aplanado y de carne blanca amarillenta
Temporada Marzo, abril, mayo, junio y diciembre

Pargo ($$$)
Apariencia Carne muy blanca de vetas rojizas, firme y con pocas espinas **Temporada** Enero, febrero, marzo, abril, mayo, octubre, noviembre y diciembre

Lisa ($$)
Apariencia Carne oscura de sabor fuerte y abundantes espinas **Temporada** marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre y diciembre

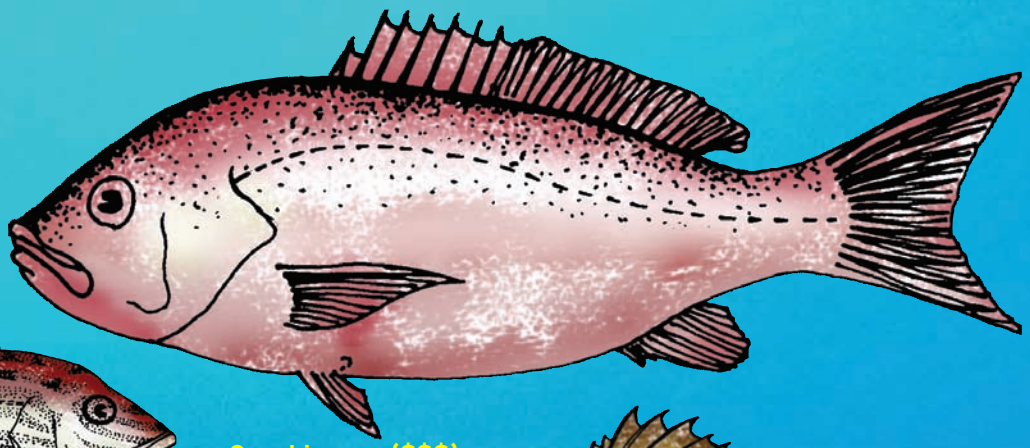
Corvina ($$)
Apariencia Carne blanca y firme
Temporada Febrero, marzo y abril

Cabrilla ($$$)
Apariencia Carne blanca ligeramente rosada **Temporada** Marzo, abril, mayo, junio y agosto

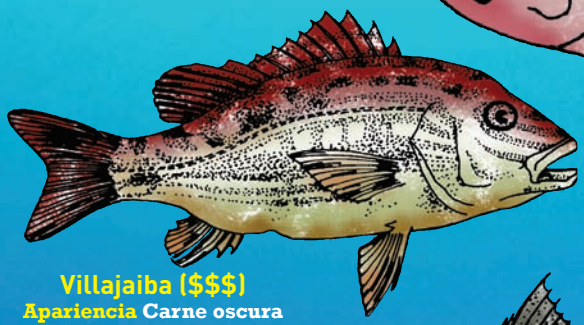
Sierra ($)
Apariencia Carne oscura de sabor fuerte **Temporada** Marzo, abril, mayo, octubre y noviembre

Gráficos Roberto Paz

Las especies más económicas están señaladas con un $, las moderadas con $$ y las más costosas con $$$.



Guachinango ($$$)
Apariencia Carne blanca, magra, firme y con pocas espinas
Temporada Todo el año



Villajaiba ($$$)
Apariencia Carne oscura grasosa y jugosa **Temporada** Enero, febrero, marzo, abril, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre y diciembre

Robalo ($$$)
Apariencia Carne blanca, firme, grasosa, espinas fáciles de separar **Temporada** Enero, febrero, marzo, octubre, noviembre y diciembre

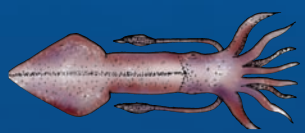
Sargo ($)
Apariencia Carne blanca de sabor y textura suave **Temporada** Enero, febrero, marzo, abril, mayo, junio, julio, septiembre, noviembre y diciembre

Trucha ($$$)
Apariencia Carne blanca, jugosa con muchas espinas
Temporada Julio y agosto

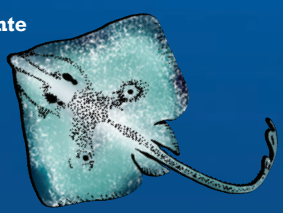
Cazón ($$)
Apariencia Carne blanca, firme y de sabor suave **Temporada** Febrero, octubre, noviembre y diciembre

Mero ($$$)
Apariencia Carne blanca, magra y firme, ligeramente grasosa **Temporada** De marzo a diciembre

Besugo ($$)
Apariencia Carne blanca y fina **Temporada** Enero, febrero, marzo, octubre, noviembre y diciembre



Calamar ($)
Apariencia De piel brillante y firme, de consistencia dura **Temporada** Abril, mayo y junio



Mantarraya ($$)
Apariencia Carne oscura, grasosa y muy dura **Temporada** Febrero, marzo, abril y agosto

Chopa ($)
Apariencia Carne blanca como la del robalo
Temporada Enero, febrero, marzo, abril, mayo, junio, noviembre y diciembre

Cabaicucho ($$)
Apariencia Carne blanca, firme y magra
Temporada Enero, abril y de junio a diciembre

Chucumite ($$$)
Apariencia Carne blanca, firme, grasosa, espinas fáciles de separar **Temporada** Septiembre, octubre y noviembre

Busca el *Quién es quién en los precios*. Especial de pescados y mariscos 2009 en profeco.gob.mx

Foto Archivo

¿Qué diantres es el surimi?

La palabra '**surimi**' es un término japonés que significa 'músculo de pescado picado'. Se desarrolló de manera artesanal en Japón y se expandió a otros países cuando se comenzó a utilizar para elaborar sucedáneos de marisco. Se utilizan las especies de pescados más abundantes o algunas menos comerciales que quedaban atrapadas en las redes, además de los sobrantes obtenidos al filetear pescado, comúnmente el Pollock Alaska y la merluza. Se ha afianzado en el gusto del consumidor como un producto alternativo más económico.

El músculo de pescado se pica, se lava varias veces para eliminar sangre, piel, escamas e impurezas. Después se enjuaga y se deshidrata parcialmente. Así se obtiene así un gel o pasta que se mezcla con azúcares, sal y fosfatos para que la carne procesada no pierda sus propiedades de gel. También se mezcla con almidones, clara de huevo, aceite, sal, saborizantes y colorantes para imitar el aspecto y la textura del crustáceo original.

El surimi contiene alrededor de 70% de agua, 13% de hidratos de carbono, 9% de proteína, 4.6% de grasa y son poco calóricos: entre 100 y 130 calorías por 100 gramos.

Los mercados clásicos

Comprar pescado no es sólo una apuesta por la salud. También es una oportunidad para introducirse en lugares fantásticos. Aquí, unos cuantos mercados inolvidables.

El de la Nueva Viga. En el Valle de México, es el mercado por excelencia, con más de 90 mil m² de extensión. Aquí puedes comprar pescados y mariscos frescos y a los mejores precios. A las 4:00 a.m. se empiezan a manifestar el fuerte olor a pescado, las carreras de los "diableros", el ruido de las palas preparando camas de hielo, los cargadores que llevan a lomo pesadas cajas de plástico repletas de piezas enteras, nacionales e importadas.

La historia del mercado se inició a fines del siglo XIX, cuando los habitantes de los pueblos de las delegaciones de Iztapalapa e Iztacalco vivían en localidades rodeadas de chinampas, comunicadas por una amplia red de canales como el Canal Nacional, Canal de Apatlaco, Río de la Piedad y Canal de Tezontle.

El Terán. En la ciudad de Aguascalientes, el mercado Terán (o "mercado grande", como le dicen los lugareños, pues tiene dos niveles y un estacionamiento subterráneo), está ubicado en pleno centro, muy cerca de la Plaza de Armas. En la planta baja se ofrece principalmente comida para desayunar y comer. Aquí es posible encontrar desde semillas hasta utensilios de ferretería, juguetes típicos mexicanos, cuerdas de henequén, e incluso yerberos. Este es uno de los lugares a donde la gente de la ciudad sabe que puede acudir a conseguir productos frescos del mar. "No es común que vayamos a comer pescado al mercado, aquí aún preferimos prepararlo en casa", dice doña Ana, lugareña. Por la cercanía con la costa jalisciense, a Aguascalientes llegan productos marinos de excelente calidad.

El Mercado del Mar, ubicado en Guadalajara. Alrededor de 180 expendios y restaurantes de pescados y mariscos hacen de este mercado uno de los más importantes de Jalisco. Dada la diversidad de especies, aquí acuden los pequeños comerciantes de la ciudad a surtirse. Para quien apetezca un coctel, una caldo de pescado, una sopa de almejas, o una mojarra bien doradita, el Mercado del Mar, ubicado en la calle 34, colonia Oblatos, es el lugar apropiado para satisfacer su antojo. En Zapopan hay otro Mercado del Mar también famoso por la amplia variedad de productos marinos que ofrece, para preparar en casa o saborearlos ahí mismo. Hay alrededor de 200 puestos a elegir.

El de San Juan, en México, DF. Por sofisticado, el mercado de San Juan merece una mención especial. "Yo lo conocí cuando estudiaba gastronomía. Solía ir por alimentos exóticos que en mi vida pensé que existieran, y se volvió parte importante del aprendizaje", dice Marilú, chef.

Entre los puestos más visitados están las pescaderías; en ellas puedes encontrar desde mantarrayas hasta tenazas de cangrejo moro, langostino danés, cangrejo de Alaska, almejas españolas, y una gran diversidad de productos procedentes de mares cercanos y lejanos. Está ubicado en las calles de José María Marroquí y Luis Moya, en el centro del DF.

Foto José Rodríguez

El mercado de San Juan, ubicado en el centro de la Ciudad de México, es uno de los más lugares más pintorescos y ricos en surtido del país.

La Nueva Viga es el mercado marítimo capitalino por excelencia, con más de 90 mil metros cuadrados de extensión.

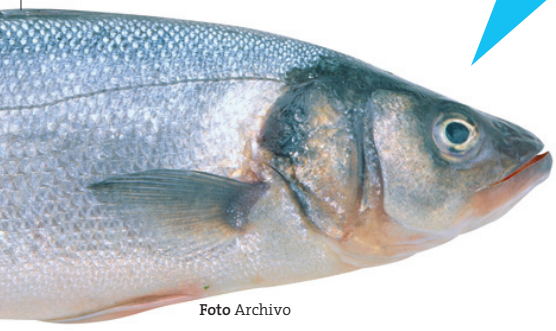


Foto Archivo

→ desarrollo y funcionamiento de la retina y el cerebro. Se cree que su abundancia en nuestra dieta favorece la salud del sistema nervioso central.

Todavía más: el cuerpo transforma los ácidos grasos omega 3 en un conjunto especial de "señales calmantes" del sistema inmunológico. ¿Qué tiene eso de maravilloso? Cuando sufrimos alguna herida, nuestro organismo genera una inflamación que mata las células cercanas a ella, para proceder a repararla.

Una dieta rica en ácidos grasos omega 3 ayuda a limitar la respuesta inflamatoria, lo cual reduce la incidencia de dichas enfermedades. Al disminuir la tendencia del cuerpo a formar coágulos, reduce la incidencia de infartos, a la vez que reduce los niveles del colesterol dañino.

Necesitamos omega 3 en nuestra dieta, porque nuestro organismo no es muy eficiente para sintetizarlo.

Todo se define en la cocina

El origen acuático del pescado implica una serie de características que son determinantes, incluso en su forma de cocción. Es muy fácil que el pescado se sobrecueza y quede fibroso y seco.

Los métodos de calentamiento "seco", como la parrilla, la plancha y el horneado, producen temperaturas superficiales lo suficientemente altas como para provocar el delicioso sabor y el color que nos da la comida asada o dorada. En cambio, la forma "húmeda", como el cocido al vapor, no produce el efecto dorado, pero calienta al pescado con mayor rapidez, además de que permite agregar el sabor de otros ingredientes. A continuación, los métodos principales:

A la parrilla. Adecuado para pescados enteros, las cuales debes cocinar con el calor más suave posible para que la parte exterior no se sobrecueza. Si picas la carne con un palillo y éste entra con facilidad, la pieza ya está lista.

Horneado. Es un método de cocción lento y suave que ayuda a no sobrecocer el pescado. Mantén abierto el recipiente en donde coloques la pieza, porque si lo tapas el vapor de agua se acumulará en el interior y el pescado se cocerá más rápido.

Sea cual sea la manera en que prefieras concinar el pescado (a la parilla, en caldo, salteado, frito o al horno), todas las variedades te darán un festín de sabor y de nutrientes esenciales para el cuerpo humano.

Envuelto. Esta técnica de cocción es muy antigua. Consiste en envolver el pescado en hojas de lechuga, hoja santa, de plátano o en papel aluminio. Con esta técnica lograrás que se cocine más uniforme y suavemente.

Frito. Unta un poco de aceite en toda la superficie y ponlo en una sartén caliente. Esta forma de cocción le da un rico aroma y una textura crujiente por fuera. Si le pones calor fuerte, la carne magra quedará fibrosa y correosa, de ahí la idea de capear el pescado frito con harina, huevo o pan molido. Te recomendamos ponerle sal (sin exagerar), para que el recubrimiento se adhiera mejor.

Salteado. Se trata de freírlo con muy poco aceite. Si los filetes son delgados, fríelos pocos minutos por cada lado; para ello cuida que la sartén esté caliente al ponerlos, así se dorarán con rapidez.

Al vapor. Si lo cocinas al vapor la cocción será muy rápida, sobre todo si se trata de filetes delgados (en piezas gruesas, la superficie se cocería en exceso). Te sugerimos añadir hierbas y especias en el agua de cocción o hacer una cama con ellas y poner encima el pescado.

Caldo de pescado. Tampoco lo debes dejar mucho tiempo en el calor. Las frágiles espinas del pescado pueden disolverse y darle al caldo un sabor raro, ya que las sales de calcio quedan disueltas. Los caldos con espinas, recortes y cabeza son una fuente rica de gelatina y sabor. Deja el puchero destapado para evitar que hierva el caldo y se enturbie, y para que al evaporarse el agua, el caldo de pescado se concentre.

En síntesis, el pescado no necesita un cocimiento largo para ponerse tierno. Pregunta al pescadero cuáles especies son adecuadas para preparar caldos, filetear o comer en trozos.

Por ejemplo, el dorado es excelente para sacar filetes; la sierra y el cochi lo son para preparar ceviche y las cabrillas son supremas en un buen caldo.

> El origen del pescado implica una serie de características determinantes incluso en la forma en que debe ser cocinado.

¿Fresco, congelado, enlatado?

¿Cuál es mejor desde el punto de vista nutritivo? Tanto el proceso de congelación como el almacenamiento a temperaturas por debajo de –18°C producen cambios en la estructura física de las proteínas. Estos cambios no afectan significativamente el valor nutritivo, pero sí modifican la textura, pues disminuyen la capacidad de las proteínas de retener agua, parte de la cual se pierde durante la descongelación y arrastra algunos nutrimentos y compuestos que contribuyen a dar el sabor y olor característicos del pescado.

También se debe considerar que la grasa se enrancia, incluso a temperaturas de congelación. Esta es la razón por la que en los mercados no hay mucha oferta de pescado graso congelado. Sin embargo, son varias las ventajas que presenta el pescado congelado: la congelación en altamar permite la llegada de gran variedad de especies en condiciones óptimas para el consumo; además, el pescado suele presentarse limpio, sin espinas, listo para cocinar, cualidades muy apreciadas por el consumidor actual.

Los pescados enlatados con espinas, como las sardinas, son una excelente fuente de fósforo y calcio, y aunque parezca sorprendente, el pescado no tiene mayor contenido de sal que la carne.

Más allá del atún y el salmón

México es un país privilegiado por sus recursos pesqueros procedentes de dos océanos, el Pacífico y el Atlántico (Golfo de México), con numerosas lagunas costeras y ríos en ambos litorales. Los recursos pesqueros disponibles en la temporada de Cuaresma son muy variados y debido a que las masas de agua están frías, la calidad de los productos es mejor.

Si vives lejos del mar, aprende a comprar pescado fresco y a elegir las mejores especies, para salir de la rutina del atún y el salmón, que por lo general consumes, y abrirte a nuevas y mejores variedades. Si vives en la costa, felicidades.

Sardinas, mejillones y ostiones enlatados

Frutos del mar con concha de aluminio

CONSUMO INFORMADO

La gran producción pesquera mexicana, ya sea en mar abierto, como en el caso de las sardinas, o en cultivo, si se trata de moluscos, es rica y constante. No hay razón alguna para orillarlos como 'comida de Cuaresma', cuando, a causa de su producción continua, son un buen alimento que podríamos consumir durante todo el año.

En las costas del país, principalmente en el noreste, con el timón puesto rumbo al Océano Pacífico, los buques pesqueros nacionales van sin pausa en busca de sardinas. La Comisión Nacional de Acuacultura y Pesca (Conapesca) ha dado autorización a 74 embarcaciones para pescarlas. Con casi 700,000 toneladas capturadas en 2008, la sardina es el producto del mar que más se explota en el país (por mucho), acaparando 43.23% de la producción pesquera total nacional.

Pero no todo esto terminará en la mesa de alguna familia. Por el contrario, sólo el 15% de esta pesca se utiliza para consumo humano, en su mayoría enlatado. El resto es destinado para elaborar harina de pescado, la cual es consumida por animales. La producción se estima en 84 millones de latas de sardinas, que significan 750 millones de pesos.

Esta especie es considerada de alto valor nutricional: es el pescado azul por excelencia, que aporta altos contenidos de proteína (18%) con gran valor biológico, pues contiene todos los aminoácidos esenciales que el organismo necesita en cantidad y proporción adecuadas. Además, la sardina es rica en vitamina D, hierro, calcio, ácido graso omega 3 y purinas, una sustancia que durante

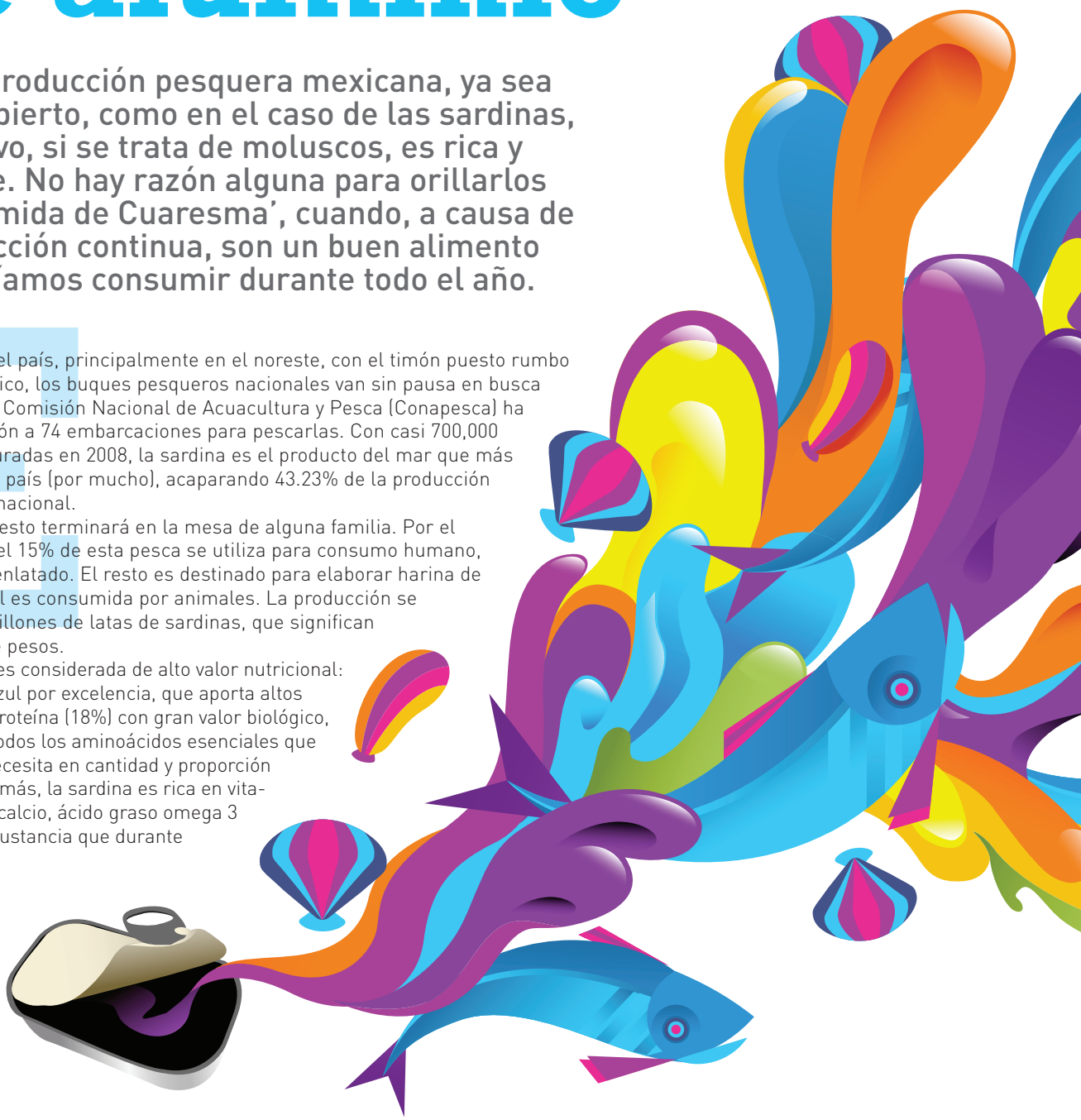


Gráfico Venaz

su metabolismo produce ácido úrico, por lo que quienes padecen hiperuricemia (niveles elevados de ácido úrico) o gota, deben limitar su consumo.

Los ostiones son una historia completamente distinta. Según la Comisión Federal para la Protección de Riesgos Sanitarios (Cofepris), "la producción de ostión orientada a la exportación que se realiza en México por medio de la acuacultura es toda de la especie introducida *C. gigas*", lo cual quiere decir que no hay especies nativas en el país. Los cultivos se localizan en las lagunas costeras del noroeste de México, en el Mar de Cortés y en la Península de Baja California. En cuanto a los mejillones, toda su producción se localiza en la costa del Pacífico de Baja California, particularmente en Ensenada.

Los mejillones y ostiones son mariscos, y aportan alrededor de 10% de proteína, y minerales (hierro, yodo, magnesio, fósforo, calcio). En cuanto a vitaminas, mientras los ostiones proporcionan vitaminas (A, riboflavina, tiamina, niacina), los mejillones aportan las del grupo B, en especial el ácido fólico y la vitamina E. Tienen mala fama porque contienen colesterol, aunque se sabe que es la grasa saturada y no el colesterol alimenticio lo que más afecta los niveles de esta sustancia en la sangre. Estos mariscos son bajos en esas grasas saturadas.

Por cierto, para las conservas, los pescados y mariscos se someten a un proceso de esterilización a temperatura superior a 100°C, para destruir los gérmenes patógenos capaces de causar daño y permitir que se mantengan en buen estado por largos periodos de tiempo. Ahora sí: a elegir y a comer.

Sardinas en salsa

1 Ponto
→**Denominación**
Sardinas en salsa de tomate
→**País** México/**120 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 11,40**
→Unidades por lata **3**
Defectos
→Presentó vísceras hasta en **3** de las latas analizadas
Fallas
→**1** muestra tuvo hasta **3,1%** menos **masa drenada** de lo declarado

2 Brunswick
→**Denominación**
Sardinas en aceite
→**País** Canadá/**106 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 10,40**
→Unidades por lata **5**
→Tipo de aceite **Soya**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas

3 Calvo
→**Denominación**
Sardinas en aceite de oliva baja en sodio
→**País** España/**115 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 20,20**
→Unidades por lata **3**
→Tipo de aceite **Oliva**
Defectos
→Presentó **vísceras** en **1** de las latas analizadas
→Presentó **escamas**

4 Palacio de Oriente
→**Denominación**
Sardinas en aceite de oliva
→España/**120 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 25,05**
→Unidades por lata **3**
→Tipo de aceite **Oliva**
Defectos
→Presentó **vísceras** en **1** de las latas analizadas
→Presentó **escamas**

5 Guaymex
→**Denominación**
Sardinas en salsa de tomate
→**País** México/**120 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 7,65**
→Unidades por lata **4**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas

6 Brunswick
→**Denominación**
Sardinas en aceite de oliva
→**País** Canadá/**106 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 14,90**
→Unidades por lata **4**
→Tipo de aceite **Oliva**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas

7 Albo
→**Denominación**
Sardinas en aceite de oliva
→**País** España/**120 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 41,40**
→Unidades por lata **8**
→Tipo de aceite **Oliva**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **2** de las latas analizadas
→Presentó **piel fragmentada**

8 Brunswick
→**Denominación**
Sardinas en salsa picante
→País Canadá/**106 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 10,55**
→Unidades por lata **5**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **2** de las latas analizadas

9 Palacio de Oriente
→**Denominación**
Sardinas en salsa de tomate
→**País** España/**120 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 30,30**
→Unidades por lata **3**
Defectos
→Presentó vísceras hasta en **3** de las latas analizadas
→Presentó escamas

10 Cabo de Peñas
→**Denominación**
Sardinillas en aceite vegetal
→**País** España/**85 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 26,50**
→Unidades por lata **7**
→Tipo de aceite **Soya**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas

11 Brunswick
→**Denominación**
Sardinas en salsa de tomate
→**País** Canadá /**106 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 9,50**
→Unidades por lata **4**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **2** de las latas analizadas

12 Guaymex
→**Denominación**
Sardinas en aceite de soya
→**País** México/**425 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 5,70**
→Unidades por lata **8**
→ Tipo de aceite **Soya**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas
→Presentó **escamas** y **piel fragmentada**
Fallas
→**4** muestras tuvieron hasta **8,2%** menos de la **masa drenada** declarada
→**1** muestra tuvo hasta **0,6%** menos del **contenido neto** declarado

13 Yavaros
→**Denominación**
Sardinas en salsa de tomate
→**País** México/**425 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 3,55**
→Unidades por lata **7**
Defectos
→Presentó vísceras hasta en **5** de las **latas analizadas**
→Presentó muy alto contenido de escamas

14 Cabo de Peñas
→**Denominación**
Sardinas picantonas
→**País** España/120 g
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 16,92**
→Unidades por lata **3**
→Tipo de aceite **Soya/Algodón**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas

Ficha técnica: **Periodo del estudio** 13 de diciembre de 2008 al 13 de febrero de 2009 • **Periodo de muestreo** 13 de diciembre del 2008 al 23 de enero de 2009 • **Marcas analizadas** 47 **Pruebas realizadas** XX.

Simbología: ✕tiene menos producto de lo declarado

y en aceite

Términos de calidad

Ya que la composición nutricional se presume casi idéntica a la hora de elegir entre una y otra marca, sólo cabría atender a los defectos encontrados. Destacan por la cantidad de defectos las marcas de sardina en salsa de tomate "Yavaros" y "CALMEX", lo cual debería provocar que el producto fuera más barato.

Las marcas de sardina en aceite "ANTIQUA", "CALMEX", "GUAYMEX", "VIGILANTE", y la sardina en salsa de tomate "PONTO", contenían menos masa drenada de la que ostentaban.

También encontramos muestras con menor **contenido neto** en las sardinas en salsa de tomate y aceite "CALMEX" y "GUAYMEX" en aceite.

15 Ponto
→**Denominación**
Sardinas en salsa estilo italiano
→**País** México/**380 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 8,00**
→Unidades por lata **9**
Defectos
→Presentó vísceras hasta en **3** de las latas analizadas
→Presentó **piel fragmentada**

16 Vigilante
→**Denominación**
Sardinas en tomate
→**País** España/**120 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 20,85**
→Unidades por lata **3**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas
→Presentó **piel fragmentada**

17 Brunswick
→**Denominación**
Sardinas en aceite con picante
→**País** Canadá/**106 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 11,30**
→Unidades por lata **6**
→Tipo de aceite **Soya**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas
→Presentó **piel fragmentada**

18 Antiqua
→**Denominación**
Sardinilla en aceite
→**País** España/**266 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 33,85**
→Unidades por lata **12**
→Tipo de aceite **Soya**
Defectos
Presentó **escamas**
Fallas
→**5** muestras tuvieron hasta **31%** menos de la **masa drenada** declarada

19 Cabo de Peñas
→**Denominación**
Sardinillas en aceite de oliva
→**País** España/**85 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 25,93**
→Unidades por lata **10**
→Tipo de aceite **Oliva**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas

20 Vigilante
→**Denominación**
Sardinas en aceite de oliva
→**País** España/**120 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 27,70**
→Unidades por lata **3**
→Tipo de aceite **Oliva**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas
→Presentó **escamas**
Fallas
→**1** muestra tuvo hasta **2,4%** menos de la **masa drenada** declarada

21 Pescamar
→**Denominación**
Sardinas en aceite de oliva
→**País** España/**115 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 16,10**
→Unidades por lata **3**
→Tipo de aceite **Oliva**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas
→Presentó **escamas**

22 Calvo
→**Denominación**
Sardinas en aceite vegetal
→**País** España/**115 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 18,65**
→Unidades por lata **3**
→Tipo de aceite **Soya**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas

23 Calmex
→**Denominación**
Sardinas en aceite vegetal
→**País** México/**125 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 10,10**
→Unidades por lata **3**
→Tipo de aceite **Soya**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **1** de las latas analizadas
→Presentó **escamas**
Fallas
→**5** muestras tuvieron hasta **16,8%** menos de la **masa drenada** declarada
→**1** muestra tuvo hasta **4,6%** menos del **contenido neto** declarado

24 Guaymex
→**Denominación**
Sardinas en salsa de tomate
→**País** México/**425 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 2,95**
→Unidades por lata
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **3** de las latas analizadas
→Presentó **piel fragmentada**

25 Calmex
→**Denominación**
Sardinas en salsa de tomate
→**País** México/**425 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 3,90**
→Unidades por lata **8**
Defectos
→Presentó **vísceras** hasta en **6** de las latas analizadas
→Presentó alto contenido de escamas
→Presentó **piel fragmentada**
Fallas
→**1** muestra tuvo hasta **4,1%** menos **contenido neto** de lo declarado

Mejillones ahumados y en escabeche

1 Noly
→**Denominación**
Mejillones al Natural
→**País** Chile/**138 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 19,40**
→Unidades por lata **23**

2 Calvo
→**Denominación**
Mejillones en escabeche
→**País** España/**115 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 30,15**
→Unidades por lata **1**
→Tipo de aceite **Soya**

3 Trainera
→**Denominación**
Mejillones ahumados
→**País** Chile/**138 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 23,40**
→Unidades por lata **21**
→Tipo de aceite **Soya**
Fallas
→**2** muestras tuvieron hasta **21,4%** menos de la **masa drenada** declarada

4 Pescamar
→**Denominación**
Mejillones en salsa de vieira
→**País** España/**111 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 17,00**
→Unidades por lata **15**
→Tipo de aceite **Soya**

Términos de calidad

Destacan por la cantidad de defectos y fallas (menos masa drenada de lo que declaraban) las marcas de ostiones ahumados "GEISHA" y "Trainera". También las marcas de mejillones ahumados en aceite "GEISHA", mejillones ahumados y en escabeche "Trainera". Los mejillones en salsa picante "Robinson Crusoe" contenían menos producto (según su masa drenada) de lo que ostentaban.

5 Portanet
→**Denominación**
Mejillones ahumados en aceite
→**País** Tailandia/**85 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 23,30**
→Unidades por lata **38**
→Tipo de aceite **Soya**

6 Robinson Crusoe
→**Denominación**
Mejillones en escabeche
→**País** Chile/**110 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 29,10**
→Unidades por lata **10**
→Tipo de aceite **Girasol**

7 Albo
→**Denominación**
Mejillones en salsa gallega
→**País** España/**115 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 33,40**
→Unidades por lata **16**
→Tipo de aceite **Girasol**

8 Pescamar
→**Denominación**
Mejillones en escabeche
→**País** España/**111 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 21,65**
→Unidades por lata **15**
→Tipo de aceite **Soya**
Defectos
→Presentó fragmentos de piel desprendibles

9 Robinson Crusoe
→**Denominación**
Mejillones al natural
→**País** Chile/**110 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 26,85**
→Unidades por lata **12**
Defectos
→ Presentó fragmentos de piel desprendibles

10 Palacio de Oriente
→**Denominación**
Mejillones en escabeche
→**País** España/**115 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 39,60**
→Unidades por lata **16**
→Tipo de aceite **Girasol**

11 Cabo de Peñas
→**Denominación**
Mejillones en agua
→**País** España/**111 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 23,75**
→Unidades por lata **27**

12 Vigilante
→**Denominación**
Mejillones en escabeche
→**País** España/**115 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 64,00**
→Unidades por lata **10**
→Tipo de aceite **Girasol/Soya**

13 Geisha
→**Denominación**
Mejillones ahumados en aceite de semilla de algodón
→**País** Corea / **105 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 28,20**
→Unidades por lata **25**
→Tipo de aceite **Girasol**
Fallas
→**1** muestra tuvo hasta **5%** menos de la **masa drenada** declarada

14 Cabo de Peñas Gran Selección
→**Denominación**
Mejillones en escabeche
→**País** España/**111 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 58,10**
→Unidades por lata **8**

15 Trainera
→**Denominación**
Mejillones en escabeche
→**País** Chile/**138 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 23,60**
→Unidades por lata **25**
→Tipo de aceite **Soya**
Defectos
→Presentó fragmentos desprendibles
Fallas
→**3** muestras tuvieron hasta **6,4%** menos de la **masa drenada** declarada

16 Robinson Crusoe
→**Denominación**
Mejillones en salsa picante
→**País** Chile/**110 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 29,00**
→Unidades por lata **10**
→Tipo de aceite **Girasol**
Fallas
→**2** muestras tuvieron hasta **2,9%** menos de la **masa drenada** declarada

Ostiones ahumados

Fotos José Rodríguez

1 Trainera
→**Denominación**
Ostiones ahumados en aceite de semilla de algodón
→Corea/**105 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 21,90**
→Unidades por lata **9**
→Tipo de aceite **Algodón**
Fallas
→**1** muestra tuvo hasta **3,6%** menos de la masa drenada declarada

2 La Pasiega
→**Denominación**
Ostiones ahumados en aceite comestible de algodón
→Corea/**105 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 27,65**
→Unidades por lata **13**
→Tipo de aceite **Algodón**

3 Sunny Sea
→**Denominación**
Ostiones ahumados en aceite puro de semilla de algodón con sal
→China/**85 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 34,40**
→Unidades por lata **32**
→Tipo de aceite **Soya**
Fallas
→Declara aceite de algodón y tiene soya

4 Brunswick
→**Denominación**
Ostiones Ahumados enteros
→Canadá/**85 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 35,90**
→Unidades por lata **18**
→Tipo de aceite **Algodón/Soya**
Fallas
→Declara aceite de algodón y tiene mezcla de algodón soya

5 Geisha
→**Denominación**
Ostiones ahumados en aceite de semilla de algodón
→Corea del Sur/**105 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 35,20**
→Unidades por lata **9**
→Aceite **Algodón/Soya**
Fallas
→**3** muestras tuvieron hasta **4,2%** menos de la masa drenada declarada
→Declara aceite de algodón y tiene mezcla de algodón soya

6 May Lily
→**Denominación**
Ostiones Ahumados en aceite
→Corea/**105 g**
→Precio por 100 g de masa drenada **$ 40,90**
→Unidades por lata **11**
→Tipo de aceite **Algodón**
Fallas
→**2** muestras tuvieron hasta **2,4%** menos de masa drenada declarada

¿Qué son las purinas?

Las purinas se encuentran en todos los ácidos nucleicos: sustancias que se relacionan con la herencia y que se encuentran en las células que constituyen todos los seres vivos.

Están incluidos, por supuesto, en el cuerpo humano, y también en los alimentos de origen animal. Durante el metabolismo de las purinas, se produce ácido úrico. Puesto que el ácido úrico provoca problemas y es una de las causas de formación de cálculos, se tiende a pensar que las purinas son "sustancias malas", cuando en realidad son imprescindibles para las células. Sin embargo, cuando existe el problema de la acumulación del ácido úrico, el consumo de alimentos ricos en este compuesto debe limitarse.

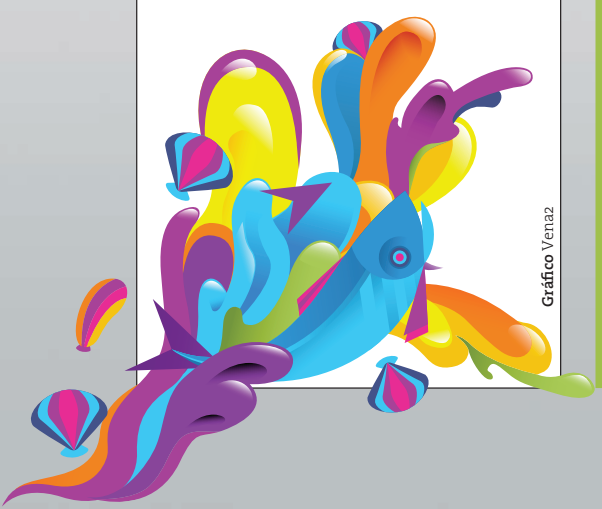


Gráfico Venaz

¿Qué buscó el estudio?

El laboratorio analizó 25 enlatados de sardinas. De éstas, 15 estaban en aceite, 9 en salsa de tomate y una en salsa picante. Además se analizaron 16 enlatados de mejillones al natural o en diferentes salsas y 6 enlatados de ostiones ahumados. En todos los casos se verificó:

Información comercial La información obligatoria que debe constar en las etiquetas de estos productos es: la denominación de venta (tipo de pescado o marisco) y líquido de cobertura (agua, aceite, tomate, salsa picante), identificación de la empresa, lista de ingredientes, peso neto y escurrido (masa drenada), lote y fecha de consumo preferente.

Defectos En el caso de sardinas, se verificó que el envasador eliminara completamente la cabeza y las branquias, además de quitar las escamas, la cola y que el pescado no tuviera vísceras. Y en todos los productos se revisó que no estuviera presente ninguna materia diferente al pescado o marisco; que la carne fuera firme (ni masuda, ni dura); que no tuviera olores o sabores desagradables y persistentes (signo de descomposición); que no tuviera manchas de color diferente al producto; piel fragmentada (en la sardina) o fragmentos de carne desprendida (en los mariscos). Estos defectos demeritan la calidad del producto.

Calidad sanitaria El proceso de tratamiento térmico (esterilización) al que están sujetos estos productos da lugar a alimentos estables, ya que se eliminan los microorganismos presentes en el pescado fresco o marisco. Como consecuencia, obtienes un producto envasado que durará años. Sin embargo, en ocasiones pueden ocurrir problemas en el proceso y, por tanto, no se garantiza la esterilización total. Debido a esto, y para asegurar que el producto realmente es inocuo, se hicieron pruebas para verificar la ausencia de microorganismos que pudieran ocasionar daños a tu salud.

Verificación del medio de cobertura Es probable que la textura y el sabor de los productos sean desagradables. Con el tiempo, ingredientes como los tomates enlatados pueden volverse ácidos. Tal vez no dañen la salud, pero no tienen buen sabor. Esto también fue evaluado.

Costo Aunque no fue un criterio para evaluar la calidad del producto, se incluye el costo promedio por 100 gramos después de escurrido (obtenido en el análisis). Para calcular el costo se utilizó el precio de venta de las muestras.

Si requieres más información sobre este estudio, comunícate al Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, al 5544 2122 si vives en el área metropolitana de la Ciudad de México. Los resultados completos, con la totalidad de los productos estudiados, los encuentras en Internet, en profeco.gob.mx

Gráficos Mónica Miranda

El costo de mantenimiento de un vehículo particular

MI AUTO

Mi trofeo, mi inversión

...Y los taxistas, lo saben, lo saben. Y los mecánicos honestos, lo saben, lo saben. Y los apasionados de los automóviles, lo saben, lo saben. **Lo que no todos sabemos es lo importante que es darle mantenimiento preventivo a nuestro auto**, si no queremos que se convierta, con el paso de los meses, en un barril sin fondo en el que tiramos nuestras preciosas quincenas. Aquí, todo lo que necesitas saber sobre el tema. **Por Amadeo Segovia**

Gráfico Guillermo Serrano

Si tienes pensado comprarte en los próximos meses ese Jetta o aquel Astra, con la "paz espiritual" de saber que eres el primero en posar tus manos en su volante, tu caso nos parece casi sorprendente. La venta de autos nuevos durante el primer mes de 2009 disminuyó 28.1% en comparación con el mismo periodo de 2008, según la Asociación Mexicana de Distribuidores de Automotores (AMDA). Y el dato no debería extrañar a nadie. No son tiempos para embarcarse felizmente en un plan de autofinanciamiento. Ahora, más que nunca, debemos esforzarnos para cuidar nuestro auto.

Sí, es cierto: en un abrir y cerrar de ojos nos vemos involucrados en accidentes imprevistos (esa coladera abierta, la imprudencia de otro conductor con ego inflamado), pero si somos honestos nos queda claro que pudimos evitar o prevenir muchos de ellos.

Casi todos tenemos la prudencia suficiente como para hacer nota mental de las fallas que detectamos a simple vista y comentárselas a nuestro mecánico de confianza. Pero eso no es suficiente: debemos convertirnos en expertos de nuestro propio auto.

¿Te parece un tema demasiado arduo, algo de lo que alguien más debe encargarse? Te regalamos un dato que te hará abrir los ojos: un mantenimiento adecuado a tu vehículo contribuirá a disminuir el consumo de combustible hasta en 10%, según la Comisión Nacional para el Ahorro de Energía (Conae).

Cuando se trata de ahorrar la cosa cambia, ¿cierto? Aquí conocerás tips de mantenimiento para tu vehículo, los componentes más comunes que pueden afectar la seguridad de tu auto y el costo comparativo de los diferentes proveedores del servicio: **agencias, franquicias de talleres y talleres "de la calle".**

Fotos Archivo

Como consumidores inteligentes, debemos aprender a cuidar esa importante inversión que es nuestro vehículo particular. No hay otro camino que el llamado mantenimiento preventivo, que se entiende básicamente por este hecho: cuando se descubren problemas con anticipación, tenemos suficiente tiempo para hacer los chequeos y arreglos necesarios.

Los autos que a la mayoría nos conciernen

Del 11 al 19 de febrero de este año, la Dirección General de Estudios sobre Consumo de Profeco recabó información vía telefónica en 69 establecimientos ubicados en el DF y área metropolitana, Guadalajara y su zona conurbada y Monterrey, con el fin de identificar los costos de afinación de los siguientes vehículos **modelo 2005**. ¿Por qué los elegimos? Son una muestra representativa del segmento más popular en México, el de los sedanes compactos, más una minivan, y la colección está equilibrada en cuanto a las "culturas" automotrices que les dieron origen: autos de diseño japonés, estadunidense o europeo.

Toyota Sienna CE	Honda Civic LX sedán	Ford Focus sedán LX base	Chevrolet Chevy C2 sedán básico	Peugeot 206 XR	Volkswagen Pointer City	Nissan Tsuru GS1
Transmisión automática 5 velocidades, 6 puertas, 6 cilindros, motor 3.3 l, frenos de disco en las 4 ruedas y aire acondicionado	Transmisión manual 5 velocidades, 4 puertas, 4 cilindros, motor 1.7 l, frenos disco y tambor y aire acondicionado	Transmisión manual 5 velocidades, 4 puertas, 4 cilindros, motor 2.0 l, frenos de disco en las 4 ruedas y aire acondicionado	Transmisión manual 5 velocidades, 4 puertas, 4 cilindros, motor 1.6 l, frenos disco y tambor, sin aire acondicionado	Transmisión manual 5 velocidades, 5 puertas, 4 cilindros, motor 1.4 l, frenos disco y tambor, aire acondicionado	Transmisión manual 5 velocidades, 3 puertas, 4 cilindros, motor 1.8 l, frenos disco y tambor, sin aire acondicionado	Transmisión manual 4 velocidades, 4 puertas, 4 cilindros, motor 1.6 l, frenos disco y tambor, sin aire acondicionado

En el Distrito Federal y área metropolitana se recabó información en 27 establecimientos (21 agencias automotrices, 3 franquicias y 3 talleres), 24 en Guadalajara (18 agencias, 3 franquicias y 3 talleres) y 18 en Nuevo León (10 agencias, 4 franquicias y 4 talleres).

¿Cuánto cuesta afinarlos?

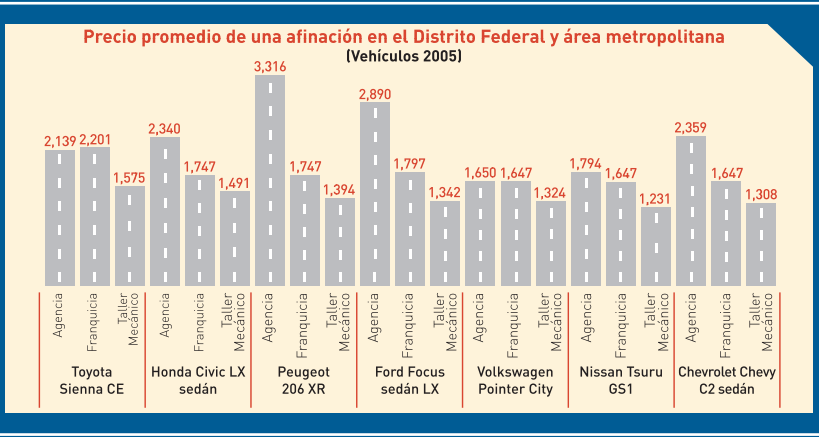
El costo de afinación depende, por supuesto, del auto y del uso que se le da. Para este ejercicio nos basamos en los vehículos antes citados, modelos 2005 (con 30 mil km recorridos). Tomamos en consideración las variables recomendadas por la Asociación Mexicana Automovilística (AMA).

Encontramos datos reveladores. Por ejemplo, el precio promedio de la afinación en las agencias de los autos que circulan en el DF y área metropolitana es mayor para los vehículos Honda, Ford y Peugeot.

¡Sigue leyendo!

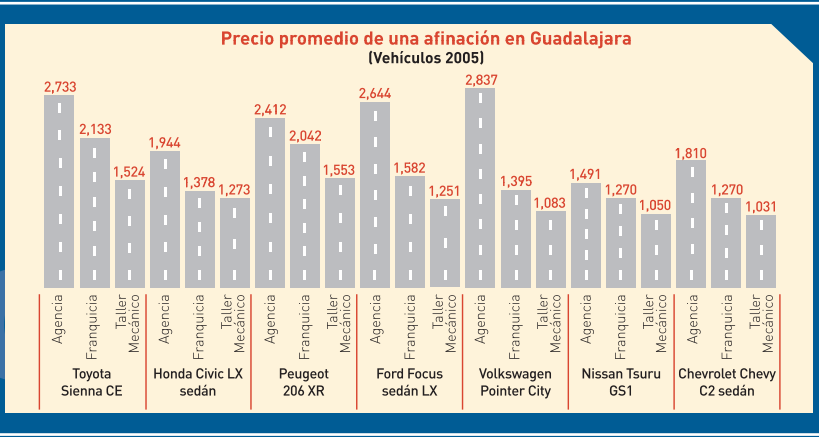
DF

¡Hallazgo notable!
El precio de la afinación para los vehículos de Toyota, Nissan y Volkswagen es muy similar en agencias y franquicias.



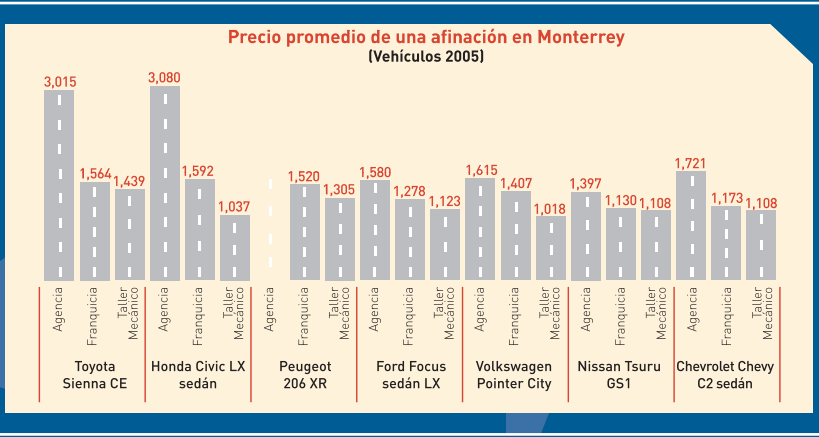
Guadalajara

¡Hallazgo notable!
En Jalisco, para todos los vehículos resulta mayor el desembolso del servicio en una agencia o en una franquicia que en los talleres mecánicos.



Monterrey

¡Hallazgo notable!
La afinación de los vehículos Toyota, Honda y Chevrolet, es más cara en las agencias de Monterrey.



¿Cuánto te cuesta al año poseer un auto en el DF?

Para los que viven en el mayor conglomerado urbano del país, donde poseer un auto es casi una necesidad básica, esa es la gran pregunta. A continuación te presentamos un ejercicio hipotético sobre el costo del mantenimiento anual total para los mismos vehículos en el Distrito Federal y área metropolitana.

Hemos considerado un consumo mensual de 130 litros de gasolina, un seguro de cobertura amplia y el servicio de alineación y balanceo, además del gasto en la verificación vehicular y la tenencia.

Podemos destacar que el gasto de mantenimiento de vehículos Toyota, Peugeot, Honda y Ford es mayor, mientras que en los de Nissan, Volkswagen y Chevrolet resulta más económico, como se muestra en el siguiente cuadro:

Costo anual por el mantenimiento de algunos vehículos en el DF y área metropolitana

Aspectos considerados	Toyota Sienna CE	Peugeot 206 XR	Honda Civic LX sedán	Ford Focus sedán LX	Nissan Tsuru GS1	Volkswagen Pointer City	Chevrolet Chevy C2 sedán
Capacidad de tanque de gasolina (litros)	74	50	50	55	50	51	46
Gasolina que consumen	Premium	Premium	Premium	Premium	Magna	Magna	Magna
Consumo promedio mensual de gasolina (l)	130	130	130	130	130	130	130
Precio de la gasolina	9.58	9.58	9.58	9.58	7.72	7.72	7.72
Precio mensual por 130 litros ($)	1,245	1,245	1,245	1,245	1,004	1,004	1,004
Afinación semestral en agencias ($)	2,225	2,340	2,890	2,359	3,316	1,650	1,794
Afinación semestral en franquicias ($)	2,201	1,747	1,797	1,647	1,747	1,647	1,647
Afinación semestral en talleres ($)	1,575	1,491	1,342	1,308	1,394	1,324	1,231
Alineación y balanceo semestral ($)	412	452	484	471	427	428	466
Verificación semestral ($)	1,096	1,096	1,096	1,096	1,096	1,096	1,096
Gasto anual							
Gasto en gasolina ($)	14,945	14,945	14,945	14,945	12,043	12,043	12,043
Afinación en agencias ($)	4,450	4,680	5,779	4,718	6,632	3,299	3,589
Afinación / franquicias ($)	4,401	3,493	3,593	3,293	3,493	3,293	3,293
Afinación en talleres ($)	3,149	2,983	2,683	2,617	2,787	2,648	2,463
Alineación y balanceo ($)	824	904	969	941	854	856	933
Verificación* ($)	2,192	2,192	2,192	2,192	2,192	2,192	2,192
Tenencia* ($)	5,800	2,174	3,782	2,100	1,396	2,325	1,110
Seguro automotriz en cobertura amplia** ($)	11,091	8,937	7,246	6,175	6,448	5,852	6,315
Costo promedio en agencias ($)	39,301	33,831	34,913	31,072	29,564	26,567	26,181
Costo promedio franquicias ($)	39,252	32,644	32,727	29,647	26,426	26,562	25,886
Costo promedio en talleres ($)	38,000	32,134	31,817	28,970	25,720	25,916	25,055

Fuente Dirección General de Estudios sobre Consumo de Profeco. Información recabada entre el 28 de enero y el 19 de febrero de 2009.

Nota Esta selección de precios, servicios y productos se ha realizado de forma aleatoria. Es decir, no tome este artículo como una serie de recomendaciones de consumo.

* Información proporcionada por la Secretaría de Finanzas del Departamento del Distrito Federal.
** La información se recabó en los sitios de Internet de las empresas. Es el costo promedio de varias empresas.

MÁS ALLÁ DE LOS MIMOS A TU AUTO

Pequeño manual del cuidado automotriz

Cada vehículo tiene características propias y, por lo mismo, los periodos y el tipo de mantenimiento varían según la marca y el tipo de auto, las condiciones de uso y los kilómetros recorridos.

Para que su vida útil se prolongue, tu querido auto necesita de cuidados. Se trata de un proceso largo: comienza con la limpieza del mismo y termina con la revisión más minuciosa por parte de un especialista.

Según Samuel Nava, líder de proyecto de Manejo Defensivo y Seguridad Vial de la Asociación Mexicana Automovilística (AMA), debes considerar tres tipos de mantenimiento: **predictivo**, **preventivo** y **correctivo**. Aquí nos centraremos en los dos primeros, pues son indispensables si lo que quieres es reducir los costos de reparación.

VER EL PROBLEMA DESDE LEJOS

El **mantenimiento predictivo** no requiere habilidades de adivinador. Simplemente se trata de realizar mediciones que te permiten anticipar y, si es necesario, realizar revisiones o ajustes antes de que se presente una falla.

El mantenimiento de un vehículo debe verse como una rutina básica. Por ello es recomendable que mediante un plan elaborado previamente de forma semanal, mensual, semestral o anual, acudas con un mecánico especializado para que revise los siguientes aspectos:

FRENOS

Es muy importante que el depósito del líquido de frenos siempre esté a nivel: hay que evitar los escurrimientos o derrames. Mucho ojo: durante algún recorrido se puede romper el conducto o dañar los cilindros de rueda, lo que provoca que se escape el líquido. El resultado es fatal: al pretender frenar no vas a tener la presión suficiente para detenerte ante una emergencia.

Debes revisar el líquido de frenos por lo menos una vez cada semestre. Checa también si es necesario un cambio de balatas. No olvides solicitar la revisión del freno de mano, útil para cualquier emergencia.

CAMBIO DE ACEITE

Generalmente el reemplazo se hace a los 5,000 km de recorrido, aunque varía en función del uso del vehículo.

Para su revisión, el vehículo deberá estar estacionado en un plano horizontal y en frío. Hay que comprobar el nivel del aceite con la varilla indicadora. El aceite no debe tener un color "chocolatoso" o "arenoso"; eso indica que hay un desgaste interno en el vehículo. Dado el caso, debe tener una revisión mayor por un especialista.

La Comisión Nacional para el Ahorro de Energía (Conae) recomienda el uso de aceite tipo multigrado, porque reduce la fricción y permite ahorros de combustible de 1 a 3%. Los aceites sintéticos son la mejor elección (también son los más caros), aunque sólo en los motores de alto rendimiento es necesarísimo su uso.

Recuerda que el aceite es vital para el buen funcionamiento del coche, pues da pie a un mejor aprovechamiento de la potencia del motor y evita desgastes prematuros.

ANTICONGELANTE

Mediante una inspección física frecuente y en frío, debes revisarlo y cerciorarte que siempre esté al nivel. Si necesitas agregar un poco, utiliza la marca recomendada por el fabricante de tu auto.

LLANTAS

Semanalmente, o por lo menos una vez al mes, revisa que la presión de cada una de las llantas sea la adecuada. Así evitas su desgaste y ahorras combustible. Para asegurar la durabilidad de un neumático, es aconsejable que respetes la presión de inflado indicada por el fabricante. Los servicios de alineación, balanceo y rotación de ruedas son indispensables.

Asegúrate de que las llantas no estén parchadas o desgastadas por el centro y los extremos. Si detectas que con cierta frecuencia pierden aire, es señal de que no están en las mejores condiciones. Revisa la presión de las llantas sólo cuando estén frías.

ALINEACIÓN Y BALANCEO

Estos dos procedimientos son necesarios para que exista un desgaste parejo en la banda de rodamiento de las llantas. Gracias a ellos, puedes contar con una dirección precisa.

Si alguna de las cuatro llantas muestra un desgaste excesivo en un extremo (o en ambos), en el centro o en general presenta algún patrón de desgaste irregular, es el indicativo de que este tipo de servicio debe realizarse. Otras señales de alerta: el vehículo va en línea recta, pero el volante apunta hacia algún otro lado; el auto tiende a girar hacia un lado cuando, a baja velocidad, sueltas por un momento el volante y sientes pequeñas vibraciones que se transmiten a través del volante. Además, siempre que se realiza un arreglo a la dirección o a la suspensión, es necesario hacer nuevas alineaciones y balanceos.

Estos tips no sólo aumentan la vida útil de tus llantas. También redundan en una conducción más segura.

FAJAS O BANDAS

Las fajas del ventilador, alternador, aire acondicionado o dirección hidráulica tienden a dañarse con el paso del tiempo. Las bandas se pueden checar a simple vista; en caso de maltrato solicita que las cambien inmediatamente.

BATERÍA

Es importante revisar las terminales de la batería: si muestran corrosión se pueden limpiar con un cepillo de alambre y agua. Observa que el nivel de electrolito esté por encima de las placas; las terminales deben estar firmemente sujetas al borne y reemplaza cualquier cable dañado o sulfatado.

RADIADOR

Con el empeño suficiente, no es difícil descubrir fugas o superficies dañadas en el radiador. Sin embargo, siempre es recomendable que un experto le eche ojo. Nunca abras el tapón del radiador y mucho menos cuando esté caliente el motor, ya que puedes sufrir quemaduras graves.

AFINACIÓN

Este aspecto es esencial. "El motor de su vehículo funcionará de manera más suave cuando esté correctamente afinado", dice Alejandro Ruíz Flores, Gerente comercial de la AMA. Por lo general, el proceso de afinación involucra lo siguiente: **1** Limpieza del cuerpo de aceleración. **2** Lavado de inyectores. **3** Lavado del cuerpo de aceleración. **4** Cambio de bujías (si es necesario). **5** Cambio de filtros de aire. **6** Cambio de filtro de gasolina (si es necesario). **7** Ajuste del "tiempo" del motor (si es necesario). **8** Cambio de aceite de motor. **9** Limpieza de válvulas e inspección ocular de conexiones.

PREVENIR, NO LAMENTAR

El **mantenimiento preventivo** consiste en hacer una revisión que te permita anticipar las situaciones de riesgo que pueden presentarse por desgaste o consumo, sobre todo en recorridos largos. Es fácil de lograr mediante una inspección visual de las unidades, las puertas, los faros, las calaveras, las luces, los espejos, etcétera. Es tan sencillo como tomarte el tiempo para fijarte si todo en tu auto funciona bien.

Desde el puesto del conductor, debes cerciorarte de que el volante no vibre, que el pedal del freno no se vaya hasta el fondo, que los pedales cuenten con sus goma en buen estado para evitar sorpresas al pisar con fuerza. Y claro: checar que todas las mediciones y operaciones del tablero funcionen, no está de más.

¿Cuáles son las ventajas de este tipo de mantenimiento? Bueno, con él evitarás situaciones de riesgo. Una pequeña avería o desajuste son bien capaces de comprometer tu seguridad y confiabilidad en un viaje por carretera. Además, brinda mayor vida útil a tu vehículo y disminuye el número de reparaciones correctivas, lo que a largo plazo se traduce en un menor costo.

Las obligaciones del "Señor Talachas"

- Cuando acudes a un taller mecánico (formalmente establecido) tienes derecho a recibir **suficiente información** sobre las características, especificaciones y duración del servicio.
- Si el proveedor te ofrece un servicio con alguna promoción, oferta o descuento, **debe informarte por escrito** sobre los requisitos, condiciones y vigencia de los mismos, así como la forma en que puedes hacer uso de ellos.
- Cuando solicites un servicio, hazlo a través de un **contrato de adhesión** que debe estar registrado ante **Profeco**. Revisa que contenga razón social, domicilio fiscal, número telefónico y el Registro Federal de Contribuyentes.
- Tienes derecho a solicitar que te especifiquen cuáles fueron los **repuestos empleados**, el precio de cada uno de ellos, y el valor de la mano de obra, salvo que se exprese lo contrario.

La venta de autos nuevos durante el primer mes de 2009 disminuyó 28.1% en comparación con el mismo periodo de 2008, según la Asociación Mexicana de Distribuidores de Automotores (AMDA). **Ahora, más que nunca, debemos esforzarnos para alargarle la vida al auto que ya poseemos.**

¿Quién es quién (en las quejas)?

La elección del taller, establecimiento de franquicia o agencia para que le den servicio a tu auto no tiene que ser un volado. Es verdad que cada quien habla del servicio según "se alinearon los astros" el día en que alguien metió la pata con su auto o se pasó de vivo. Pero existe un instrumento útil para tener una mejor idea sobre cuáles proveedores están, por lo menos, bajo sospecha: **Profeco**. En efecto, guardamos un registro de denuncias sobre irregularidades de empresas prestadoras del servicio en el sector automotriz; de enero a diciembre de 2008, se recibieron 2,477 denuncias.

Las quejas más frecuentes son: **1** Incumplimiento en la entrega del producto o servicio. **2** Cobro indebido: no se respeta el contrato ni la garantía. **3** Negativa a cambios y devoluciones.
En el siguiente cuadro te presentamos las diez empresas con más quejas. El listado completo lo puedes consultar en el boletín electrónico gratuito **Brújula de compra,** del sitio de **Profeco**: profeco.gob.mx.

Si deseas presentar alguna queja, llama al Teléfono del Consumidor desde el Distrito Federal al 5568 8722, o si te localizas en otra parte de la República al 01800 468 8722.

Quejas recibidas durante 2007 y 2008

Empresa	Núm. de quejas 2008	% de conciliación 2008
Centro Chevrolet	281	58
General Motors de México	281	58
Autofinanciamiento México	238	74
Conauto	166	69
Volkswagen de México	163	49
Consorcio Peredo	144	75
Sistema Único de Autofinanciamiento	144	55
Ford Credit de México	138	53
Sistema de Crédito Automotriz	114	54
Daimler Chrysler de México	93	53

Fuente Dirección General de Estudios sobre Consumo: Información recabada el 29 de enero de 2009 en el Buró Comercial de Profeco.

¿Es verdad que los autos europeos son más frágiles?

Finuras sobre el pavimento mexicano

Una pregunta que todo entusiasta automotriz interesado en el alto desempeño se ha hecho alguna vez: ¿es cierto que los autos europeos se desgastan más que los de otros países en la Ciudad de México?

Sí

Según explica Carlos González, gerente del portal automotriz de *Autocosmos México*, tus temores son ciertos, en parte: en general, los autos de origen europeo cuentan con una suspensión más rígida. ¿Por qué? Tiene que ver con su carácter deportivo: por tradición de diseño y gusto del mercado, estos vehículos están hechos para tomar las curvas de manera precisa y rápida, en un entorno carretero repleto de sinuosidades.

A esto hay que sumarle que las llantas son de perfil más bajo, es decir, que hay menos "cama de hule" en una llanta en comparación con los autos americanos o japoneses. La irregularidad del pavimento de México y los baches hacen que tanto la suspensión (que es lo que amortigua y hace el viaje confortable) como el motor, sufran y se aflojen. "Esto repercute en que muchos autos tengan que someterse a cambios en los soportes del motor y en los amortiguadores. Y por si fuera poco, las llantas se desgastan mucho más, haciendo que las cuerdas de su estructura se abran y les salgan chipotes", explica González. Pero estas adaptaciones son cada vez menos frecuentes. La tendencia es que la mayoría de las marcas de producción masiva produzcan modelos para un mercado global, capaces de resistir las condiciones de carretera de cualquier país.

¿Un bache te rompió la llanta en el DF?

Si se ha sufrido algún daño en el vehículo ya sea por baches u obras inconclusas en la ciudad de México, el Gobierno del Distrito Federal cuenta con un seguro por daños en la ciudad y para brindar información y asesoría dispone de varios programas, uno de ellos es el Programa de Apoyo al Conductor (PAC), perteneciente a la Procuraduría Social del Distrito Federal.

Las instancias a las que puedes acudir son:

- Dirección General de Servicios Urbanos (Tel. 5654 3852), cuando los vehículos sufren daños en alguna de las vías primarias (rápidas) de la Ciudad, como: ejes viales, Tlalpan, Viaducto, Reforma, Periférico o Insurgentes.
- Responsable interno del seguro de cada delegación, cuando el daño al vehículo es causado por baches y zanjas en vías secundarias.
- Sistema de aguas de la Ciudad de México.

Los requisitos generales para estas instancias son:

- Acta ante el Ministerio Público (MP) más cercano al lugar de los hechos. La denuncia debe ser levantada por daños en propiedad privada y debe estar acompañada de una foto del lugar donde ocurrió el percance y del vehículo.
- Peritaje del MP al que se acudió.
- Carta reclamación a la instancia correspondiente.
- Copia fotostática de la factura del vehículo, tarjeta de circulación y licencia de conducir.

La irregularidad del pavimento de México y los baches hacen que tanto la suspensión como el motor, sufran y se aflojen. Además las llantas se desgastan mucho más.

Al final, se trata de un asunto de recorte de costos.

Pero mientras los avances industriales son capaces de producir el superauto resistente a todo, los conductores nacionales tenemos que aplicar cuidados extra tras el volante. Los autos de importación que provienen de Europa traen llantas diseñadas para los suaves pavimentos o concretos de las carreteras del Viejo Continente. El pavimento de aquí, menos sofisticado, las rompe con mayor facilidad. Otro punto importante: el tránsito continuo de nuestro transporte público urbano produce una serie de "olas" en el asfalto, es decir, lo arrugan, generando constantes irregularidades que hacen que el coche se afloje y aparezcan ruidos muy molestos para sus ocupantes.

Por todas las razones anteriores, la recomendación de González es que analices si estás en condiciones de colocar llantas de diferente perfil en tu sedán alemán o francés, siempre y cuando sigas las instrucciones del manual del propietario. Además, debes fijarte que la presión de inflado sea la correcta; esto es muy importante dado que con ello el comportamiento del coche será mejor, sumado a que se ahorrará gasolina.

—Adriana Nolasco

En cumplimiento a lo ordenado en la sentencia de fecha treinta y uno de octubre del 2008, dictada por el Tercer Tribunal Unitario en Materias Civil y Administrativa del Primer Circuito en el toca número 765/2007-V y su acumulado 766/2007-I, misma que jurídicamente ha quedado firme, la Procuraduría Federal del Consumidor publica íntegramente el considerando séptimo de la misma.

SÉPTIMO. Siguiendo la temática expuesta en el considerando Quinto de esta resolución, se pasa al estudio de los agravios propuestos por Servicio Coyoacán, Sociedad Anónima de Capital Variable.

Un agravio que vierte Servicio Coyoacán, sociedad anónima de capital variable, es fundado y suficiente para revocar la sentencia impugnada.

La parte aquí apelante aduce, en esencia, como agravio, entro otros, el siguiente:

a) Que es falso lo que arguye el A quo al sostener que se están reclamando hechos ilícitos de naturaleza diversa a la civil, puesto que en ningún momento se sustentó la acción en una violación a una ley administrativa, por el contrario, se demandó la acción de la violación de un derecho civil de un particular, consistente en el honor que deriva del artículo 1916 del Código Civil Federal, además ello ya fue materia de estudio por este Tercer Tribunal Unitario en Materias Civil y Administrativa al resolver el toca 16/07-I en la que se consideró el carácter civil de la controversia y por tanto el A quo está desoyendo lo ya resuelto por el superior; además el Juez admitió la documental pública consistente en copias certificadas de la sentencia dictada por el Segundo Tribunal Colegiado en Materia Administrativa en el Primer Circuito, en el juicio de amparo en revisión 28/2007, en donde el actor fungió como quejosa y la Procuraduría Federal del Consumidor como autoridad responsable y como acto reclamado, las publicaciones por Internet que hizo la referida autoridad y que dicho órgano jurisdiccional determinó que las mismas eran ilegales e inconstitucionales, por lo que existe declaración firme de que la Procuraduría Federal del Consumidor cometió un hecho ilícito, probanza que ignoró el A quo.

En principio, cabe destacar que este órgano jurisdiccional el veinticinco de abril de dos mil siete, al resolver el toca civil 16/2007, estableció la competencia del Juez Quinto de Distrito en Materia Civil en el Distrito Federal para resolver sobre las prestaciones reclamadas por el actor en la vía y forma propuesta; así partiendo de esa premisa se dice que es fundado el agravio a estudio.

En efecto, se dice que dicho agravio es substancialmente fundado, porque el A quo, en la sentencia apelada sostuvo como argumento toral, que la acción intentada por el actor que deduce del artículo 1916 del Código Civil Federal contiene como elementos para demostrar:

a) Que exista un hecho u omisión ilícito;
b) Que ese hecho u omisión sean imputables a un servidor público en el ejercicio de sus funciones;
c) Que se produzca una afectación a determinada persona en cualquiera de los bienes tutelados en el artículo 1916 del Código Civil Federal;
d) Que exista una relación de causa a efecto entre el hecho y el daño.

Y concluyó que no se acreditaron los dos primeros elementos en virtud de que no se acreditó la comisión del hecho ilícito, doloso y de mala fe que se le imputa a la Federación, en virtud de que si el hecho ilícito que la actora esgrime como sustento de la acción de daño moral, lo hace descansar en la conducta en que incurrió la reo, emerge como requisito sine qua non para su procedencia, la existencia de una declaración de autoridad competente en la que se determine la ilegalidad en cuanto al proceder de aquel órgano de autoridad, por lo que previo al ejercicio de la acción civil, debió acudir ante el Tribunal de lo Contencioso Administrativo del Distrito Federal para que se pronunciara con respecto a la actuación de la demandada, ello con fundamento en los artículos 1, 2, 4, 5 y 9 de la Ley Federal de Responsabilidad Patrimonial del Estado, ya que los hechos ilícitos que se le imputan a la reo no pueden ser calificados como tales por un juez en materia civil, dado que provienen de un organismo público y por lo tanto, debe tramitarse y resolverse bajo un procedimiento de tipo administrativo.

Luego, si ya dijimos que la vía civil es la procedente y es cosa juzgada porque ya fue materia de estudio por parte de este órgano jurisdiccional al resolver el toca civil 16/2007, bajo esa premisa, le asiste la razón al apelante al manifestar que la declaración de responsabilidad administrativa en la que se imponga una sanción, no es presupuesto para acreditar un hecho u acto ilícito en un juicio que se tramite ante un Juez en materia civil; lo anterior es así, dada la autonomía con la que cuenta la exigencia del daño moral, la cual se encuentra contenida en el segundo párrafo del artículo 1916 del Código Civil Federal, que dice:

> *"Cuando el hecho u omisión ilícitos produzcan un daño moral, el responsable del mismo tendrá la obligación de repararlo mediante una indemnización en dinero, con independencia de que se haya causado daño material, tanto en responsabilidad contractual como extracontractual. Igual obligación de reparar el daño moral tendrá quien incurra en responsabilidad objetiva conforme al artículo 1913, así como el Estado y sus servidores públicos, conforme a los artículos 1927 y 1928 todos ellos del presente Código…"*

En efecto, este Tribunal Unitario al resolver el toca 16/2007, sostuvo que el artículo 1916 del Código Civil Federal prevé la acción de daño moral, la que contempla dos formas que el demandante puede solicitar su indemnización, consistentes en el pago de cierta cantidad de dinero o bien, la reparación del daño moral a través de la publicación de un extracto de la sentencia en la que se declare fundada la acción, este último supuesto es el que reclamó el actor como consecuencia de la acción de daño moral.

Por su parte, el artículo 109 Constitucional, establece:

> *"Art. 109.- El Congreso de la Unión y las Legislaturas de los Estados, dentro de los ámbitos de sus respectivas competencias, expedirán las leyes de responsabilidades de los servidores públicos y las demás normas conducentes a sancionar a quienes, teniendo este carácter, incurran en responsabilidad, de conformidad con las siguientes prevenciones:*
> *I.- Se impondrán, mediante juicio político, las sanciones indicadas en el artículo 110 a los servidores públicos señalados en el mismo precepto, cuando en el ejercicio de sus funciones incurran en actos u omisiones que redunden en perjuicio de los intereses públicos fundamentales o de su buen despacho.*
> *No procede el juicio político por la mera expresión de ideas.*
> *II.- La comisión de delitos por parte de cualquier servidor público será perseguida y sancionada en los términos de la legislación penal; y*
> *III.- Se aplicarán sanciones administrativas a los servidores públicos por los actos u omisiones que afecten la legalidad, honradez, lealtad, imparcialidad y eficiencia que deban observar en el desempeño de sus empleos, cargos o comisiones.*
> *Los procedimientos para la aplicación de las sanciones mencionadas se desarrollarán autónomamente. No podrán imponerse dos veces por una sola conducta sanciones de la misma naturaleza.*
> *Las leyes determinarán los casos y las circunstancias en los que se deba sancionar penalmente por causa de enriquecimiento ilícito a los servidores públicos que durante el tiempo de su encargo, o por motivos del mismo, por sí o por interpósita persona, aumenten substancialmente su patrimonio, adquieran bienes o se conduzcan como dueños sobre ellos, cuya procedencia lícita no pudiesen justificar. Las leyes penales sancionarán con el decomiso y con la privación de la propiedad de dichos bienes, además de las otras penas que correspondan.*
> *Cualquier ciudadano, bajo su más estricta responsabilidad y mediante la presentación de elementos de prueba, podrá formular denuncia ante la Cámara de Diputados del Congreso de la Unión respecto de las conductas a las que se refiere el presente artículo."*

Del estudio armónico de ambos preceptos no puede considerarse que la procedencia del reclamo por daño moral ante un Juez Civil Federal, se encuentre supeditado a la existencia de una sentencia o resolución administrativa o penal, en la que se haya sancionado al presunto causante u obligado a responder del daño moral en comento, si se toma en cuenta que así no lo exige expresamente el artículo 1916 del Código Civil Federal y por otra parte, el artículo 109 constitucional establece en lo que son sus principios de interpretación, que el procedimiento de responsabilidad administrativo es independiente y autónomo del civil a que pudiera dar lugar una sola conducta ilícita cometida por un servidor público.

Lo anterior, encuentra sustento en el hecho de que el vínculo existente entre el servidor público y el Estado, acorde al sistema constitucional y legal que lo rige, involucra una diversidad de aspectos jurídicos en sus relaciones, entre los que destacan ámbitos legales de naturaleza distinta, como lo son el laboral en su carácter de trabajador, dado que efectúa una especial prestación de servicios de forma subordinada, el administrativo, en cuanto a que el desarrollo de su labor implica el de una función pública, y además el penal y el civil, pues como ente, sujeto de derechos y obligaciones debe responder de las conductas que le son atribuibles, de manera que al servidor público le pueda resultar responsabilidad desde el punto de vista administrativo, penal, civil y laboral, sin que la sanción en uno de esos ámbitos sea requisito de procedencia para obtener una sanción en otro de esos ámbitos, puesto que tienen su fundamento y sustento en legislación de distinta materia (administrativa, laboral, civil, penal).

Luego, si el Código Civil Federal no prevé como presupuesto para ejercitar la acción de daño moral contemplada en el artículo 1916, agotar un procedimiento de responsabilidad administrativa para acudir ante una autoridad de naturaleza civil para acreditar la responsabilidad derivada de un hecho u omisión ilícitos, es evidente que fue inacertado que el A quo considerara que previó a ejercitar la acción de daño moral que contempla el anotado precepto legal, el actor debió acudir ante el organismo administrativo competente para obtener una resolución sobre la responsabilidad de la parte demandada.

Resulta aplicable al presente asunto, la tesis 2a. CXXVI/2002, de la Segunda Sala de la Suprema Corte de Justicia de la Nación, visible a la página 475, al Semanario Judicial a la Federación y su Gaceta, XVI, Octubre de 2002, Novena Época, que a la letra dice:

> ***"RESPONSABILIDADES DE LOS SERVIDORES PÚBLICOS. PRINCIPIOS QUE RIGEN EL PROCEDIMIENTO PREVISTO EN EL ARTÍCULO 109 DE LA CONSTITUCIÓN FEDERAL, CON MOTIVO DE LA INVESTIGACIÓN DE CONDUCTAS U OMISIONES QUE PUEDAN CONSTITUIRLAS.*** *El artículo 109 constitucional contiene diversos principios, a saber: que el procedimiento de responsabilidad administrativa es independiente y autónomo del político, del penal y del civil a que pudiera dar lugar una sola conducta ilícita cometida por un servidor público; que la naturaleza*

de la responsabilidad administrativa tiene como objetivo preservar el correcto y eficiente servicio público, según se lee de su fracción III que señala que se sancionarán los actos u omisiones de los servidores públicos "... que afecten la legalidad, honradez, lealtad, imparcialidad y eficiencia que deban observar en el desempeño de sus empleos, cargos o comisiones. ..."; que la autonomía del procedimiento, en concordancia con la propia naturaleza de la responsabilidad administrativa, conlleva a determinar que la sanción también es administrativa y, por ende, que la sustanciación de ese procedimiento y la imposición de la sanción corresponden al superior jerárquico del servidor público infractor; finalmente, que la potestad del superior jerárquico para castigar faltas disciplinarias de los servidores públicos, regulada en la Ley Federal de Responsabilidades de los Servidores Públicos, acoge el sistema que reconoce a la administración esta potestad doméstica, derivada de la función de autotutela que le permite sancionar faltas de sus miembros e, incluso, expulsarlos cuando su permanencia es incompatible con aquélla."

Así como la diversa tesis IV. 1o. A. T. 16 A, del Primer Tribunal Colegiado en Materias Administrativa y de Trabajo del Cuarto Circuito, visible en la página 799, al Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta, X, Agosto de 1999, Novena Época, que textualmente dice:

"SERVIDOR PÚBLICO, LA RESPONSABILIDAD DEL, TIENE DIVERSOS ÁMBITOS LEGALES DE APLICACIÓN (ADMINISTRATIVA, LABORAL, POLÍTICA, PENAL, CIVIL). *El vínculo existente entre el servidor público y el Estado, acorde al sistema constitucional y legal que lo rige, involucra una diversidad de aspectos jurídicos en sus relaciones, entre los que destacan ámbitos legales de naturaleza distinta, como son el laboral, en su carácter de trabajador, dado que efectúa una especial prestación de servicios de forma subordinada, el administrativo, en cuanto a que el desarrollo de su labor implica el de una función pública, ocasionalmente el político cuando así está previsto acorde a la investidura, y además el penal y el civil, pues como ente (persona), sujeto de derechos y obligaciones debe responder de las conductas que le son atribuibles, de manera que al servidor público le pueda resultar responsabilidad desde el punto de vista administrativo, penal, civil e inclusive político en los supuestos que establece la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, o la Constitución Local correspondiente y así mismo la laboral, y por lo tanto, no se incurre en la imposición de una doble sanción cuando éstas, aunque tienen su origen en una misma conducta, sin embargo tienen su fundamento y sustento en legislación de distinta materia (administrativa, laboral, penal, etc.)."*

Condiciones en las cuales, fue ilegal que el A quo estableciera que si el hecho ilícito que Servicio Coyoacán, Sociedad Anónima de Capital Variable, actor en el juicio ordinario civil, esgrime como sustento de la acción de daño moral, la hace descansar en la conducta realizada por la Procuraduría Federal del Consumidor al hacer publicaciones de manera ilegal, era requisito sine qua non para su procedencia, la existencia de una declaración de autoridad administrativa competente en la que se determinara la ilegalidad en cuanto al proceder de aquéllos y se les impusiera una sanción.

Por tanto, al resultar fundado el agravio a estudio y suficiente para emprender un nuevo estudio por parte de este Tribunal Unitario al reasumir jurisdicción, respecto de la parte de la sentencia que es materia del presente recurso, en cuanto a la procedencia de la acción de daño moral, por actos u omisiones de sus servidores públicos ilícitos y dolosos, por no existir en esta segunda instancia reenvío, se considera innecesario el examen de los restantes motivos de inconformidad, ya que a nada práctico conduciría su análisis, en virtud de la razón que le asiste al primero.

Resulta aplicable a lo anterior, la tesis sin número, sustentada por la Sala Auxiliar de la Suprema Corte de Justicia de la Nación, visible en la página 282, Tomo: CXVIII, del Semanario Judicial de la Federación, Quinta Época, cuyo texto es el siguiente:

"AGRAVIOS EN LA APELACION. *El efecto procesal de la declaración de procedencia del agravio de apelación relativo a la infracción del artículo 81 del Código de Procedimientos Civiles del Distrito, es, por economía procesal, el de corregir la deficiencia y estudiar y resolver, por el superior, la cuestión omitida, con la misma, y plena jurisdicción del Juez del conocimiento, y no solamente el de revocar la sentencia apelada para que el inferior estudie y resuelva lo conducente.".*

Así como la Jurisprudencia sustentada por la Tercera Sala de la Suprema Corte de Justicia de la Nación, publicada en el Apéndice al Semanario Judicial de la Federación 1917-1995, Tomo IV, Materia Civil, página 38, cuyo rubro y texto son del tenor literal siguiente:

"APELACIÓN, FACULTADES DEL TRIBUNAL DE. *En el sistema procesal en que no existe reenvío, el tribunal de apelación debe examinar y resolver, con plenitud de jurisdicción, las cuestiones indebidamente omitidas en la sentencia apelada, reclamadas en los agravios, sin limitarse a ordenar al inferior que las subsane, porque debe corregirlas por sí mismo.".***

A continuación se emprende el estudio de la procedencia de la acción, consistente en la declaración judicial de que la Procuraduría Federal del Consumidor, le violó el derecho a la reputación que establece el artículo 1916 del Código Civil Federal, por hacer del conocimiento del público que su estación de servicio de gasolina opera con irregularidades, cuando no existe resolución firme de autoridad competente en la que se haya comprobado irregularidad alguna y que, por ende, solicita la indemnización y la resarcimiento del daño conforme lo establece dicho numeral.

Del estudio de la demanda presentada por Servicio Coyoacán, sociedad anónima de capital variable, se advierte que demandó de la Procuraduría Federal del Consumidor, las prestaciones siguientes:

"A.- La declaración judicial de que PROFECO violó el derecho a la reputación de SERVICIO COYOACÁN, por hacer del conocimiento del público consumidor que la estación de servicio de mi representada opera con irregularidades, cuando no existe resolución firme de autoridad competente en la que se haya comprobado irregularidad alguna.

B.- En términos del último párrafo del artículo 1916 del CCF, la publicación de un extracto de la sentencia condenatoria que refleje adecuadamente la naturaleza y alcance de la misma…

C).- La remoción de cualquier mención a supuestas irregularidades en los servicios que presta SERVICIO COYOACÁN en el sitio de Internet de la PROFECO, en tanto no exista resolución firme de autoridad competente en la que se hayan comprobado las supuestas irregularidades.

D).- Los gastos y costas que se ocasionen por el presente litigio…"

El artículo 1916 del Código Civil Federal, dispone:

"ARTÍCULO 1916. *Por daño moral se entiende la afectación que una persona sufre en sus sentimientos, afectos, creencias, decoro, honor, reputación, vida privada, configuración y aspectos físicos, o bien en la consideración que de sí misma tienen los demás. Se presumirá que hubo daño moral cuando se vulnere o menoscabe ilegítimamente, la libertad o la integridad física o psíquica de las personas. Cuando el hecho u omisión ilícitos produzcan un daño moral, el responsable del mismo tendrá la obligación de repararlo mediante una indemnización en dinero, con independencia de que se haya causado daño material, tanto en responsabilidad contractual como extracontractual. Igual obligación de reparar el daño moral tendrá quien incurra en responsabilidad objetiva conforme al artículo 1913, así como el Estado y sus servidores públicos, conforme a los artículos 1927 y 1928 todos ellos del presente Código…"*

De la anterior transcripción se deduce que el daño moral es la alteración profunda que una persona sufre en sus sentimientos, afectos, creencias, decoro, honor, reputación, vida privada, configuración y respeto físico, o bien en la consideración que de sí misma tienen los demás, producida por un hecho ilícito o por una responsabilidad objetiva.

Así como que una de las hipótesis contempladas en dicho numeral, es la derivada de la reclamación del daño moral en contra del Estado, cuando los servidores públicos causen un daño a una persona por hechos u omisiones ilícitos cometidos en el ejercicio de sus funciones, la cual obliga al accionante a demostrar en forma indubitable los siguientes elementos:

a) Que exista un hecho u omisión ilícito;
b) Que ese hecho u omisión sean imputable a un servidor público (persona física o moral) en el ejercicio de sus funciones;
c) Que se produzca una afectación a determinada persona en cualquiera de los bienes tutelados en el artículo 1916 del Código Civil Federal;
d) Que exista una relación de causalidad entre el hecho y el daño.

Apoya lo anterior las tesis número I.3o.C.243 C, del Tercer Tribunal Colegiado en Materia Civil del Primer Circuito, publicada en el Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta, Tomo XIV, septiembre de 2001, Novena Época, en la Página 1305, que es del rubro y texto siguiente:

"DAÑO MORAL. ES LA ALTERACIÓN PROFUNDA QUE SUFRE UNA PERSONA EN SUS SENTIMIENTOS, AFECTOS, CREENCIAS, DECORO, HONOR, REPUTACIÓN, VIDA PRIVADA, CONFIGURACIÓN Y ASPECTOS FÍSICOS, O BIEN, EN LA CONSIDERACIÓN QUE DE SÍ MISMA TIENEN LOS DEMÁS, PRODUCIDA POR HECHO ILÍCITO. *El derecho romano, durante sus últimas etapas, admitió la necesidad de resarcir los daños morales, inspirado en un principio de buena fe, y en la actitud que debe observar todo hombre de respeto a la integridad moral de los demás; consagró este derecho el principio de que junto a los bienes materiales de la vida, objeto de protección jurídica, existen otros inherentes al individuo mismo, que deben también ser tutelados y protegidos, aun cuando no sean bienes materiales. En México, la finalidad del legislador, al reformar los artículos 1916 y adicionar el 1916 bis del Código Civil para el Distrito Federal, mediante decreto publicado en el Diario Oficial de la Federación el treinta y uno de diciembre de mil novecientos ochenta y dos, y posteriormente modificar los párrafos primero y segundo del artículo 1916, consistió en hacer responsable civilmente a todo aquel que, incluso a quien ejerce su derecho de expresión a través de un medio de información masivo, afecte a sus semejantes, atacando la moral, la paz pública, el derecho de terceros, o bien, provoque algún delito o perturbe el orden público, que son precisamente los límites que claramente previenen los artículos 6o. y 7o. de la Constitución General de la República. Así, de acuerdo al texto positivo, por daño moral debe entenderse la alteración profunda que una persona sufre en sus sentimientos, afectos, creencias, decoro, honor, reputación, vida privada, configuración y aspectos físicos, o bien, en la consideración que de sí misma tienen los demás, producida por un hecho ilícito. Por tanto, para que se produzca el daño moral se requiere: a) que exista afectación en la persona, de cualesquiera de los bienes que tutela el artículo 1916 del Código Civil; b) que esa afectación sea consecuencia de un hecho ilícito; y, c) que haya una relación de causa-efecto entre ambos acontecimientos."*

Así como la diversa tesis aislada I.11o.C.103 C, emitida por el Décimo Primer Tribunal Colegiado en Materia Civil del Primer Circuito, consultable en la página 1431, Tomo: XIX, Junio de 2004, Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta, Novena Época, de rubro y texto:

*"**DAÑO MORAL. HIPÓTESIS PARA LA PROCEDENCIA DE SU RECLAMACIÓN**. El artículo 1916 del Código Civil para el Distrito Federal establece en su primer párrafo, tres hipótesis para la procedencia de la reclamación del pago o indemnización por daño moral, las cuales son: La primera, cuando se produzca un daño moral por un hecho u omisión ilícitos con independencia de que se haya causado daño material o no, por responsabilidad contractual o extracontractual, de manera que para que en esta hipótesis se produzca la obligación de reparar el daño moral por responsabilidad contractual o extracontractual se requieren tres elementos como son: a) la existencia de un hecho u omisión ilícita de una persona; b) que produzca una afectación a la persona en cualquiera de los bienes tutelados en el citado numeral; y, c) que exista una relación de causa-efecto entre el daño moral y el hecho u omisión ilícitos, por lo que la ausencia de cualquiera de estos elementos impide que se genere la obligación resarcitoria. Esta hipótesis establece la acción autónoma de la reclamación del daño moral. La segunda hipótesis consiste en que el obligado haya incurrido en responsabilidad objetiva prevista en el artículo 1913 del citado código, de modo que para su procedencia únicamente debe reclamarse la indemnización del daño moral simultáneamente a la reclamación de la responsabilidad civil objetiva, debiendo acreditar esta última para que la víctima tenga derecho a la indemnización del daño moral, por lo que en este supuesto no debe acreditarse la ilicitud del hecho u omisión que ocasionó el daño ni la relación de causa-efecto entre el hecho y el daño causado, aunque sí debe demostrarse que se transgredió cualquiera de los bienes jurídicos tutelados por el referido artículo 1916. La tercera hipótesis establece que para la procedencia de la reclamación del daño moral en contra del Estado cuando los servidores públicos causen un daño moral a una persona por hechos u omisiones ilícitos cometidos en el ejercicio de sus funciones, supuesto en el cual deben acreditarse cuatro elementos que son: 1) la existencia de un hecho u omisión ilícito; 2) que ese hecho realizado o la omisión se imputen a un servidor público en el ejercicio de sus funciones; 3) que produzca una afectación a determinada persona en cualquiera de los bienes tutelados en el artículo 1916 del ordenamiento invocado; y, 4) que exista una relación de causa-efecto entre el hecho u omisión ilícitos y el daño causado.".*

En el caso, sí se acreditan los elementos de la presente acción de daño moral.

Por cuanto hace a los dos primeros elementos quedaron debidamente acreditados, con las pruebas que aportó la demandante al sumario de origen por el que evidenció la comisión del hecho ilícito que atribuye a la Procuraduría Federal del Consumidor.

En efecto, en términos del artículo 1830 del Código Federal de Procedimientos Civiles, es ilícito el hecho que es contrario a las leyes de orden público o a las buenas costumbres.

Por otra parte, "Servicio Coyoacán", parte actora en el juicio de origen, apoya su acción de daño moral, en una ilegal conducta de la Procuraduría Federal del Consumidor al publicar en su sitio de Internet a partir del diecisiete de agosto de dos mil seis, una serie de información sobre la prestación de suministro de gasolina, en los siguientes términos:

"…

*14.- Ahora bien, resulta que respecto de SERVICIO COYOACÁN, en el sitio de Internet de la PROFECO, se le asignó el color rojo en el correspondiente semáforo, con lo que se le hace saber al público consumidor que la gasolinera de mi representada supuestamente presta sus servicios con irregularidades graves; como se desprende de la fe de hechos contenida en la escritura pública 3664, pasada por la fe del Notario Público número 239 del Distrito Federal, Licenciado Ricardo Felipe Sánchez Destenave, de la cual se acompaña un testimonio como **Anexo 2**.*

15.- Lo anterior es una seria afectación a la reputación de SERVICIO COYOACÁN, pues se le está presentando públicamente como una empresa que incurre en irregularidades al despachar gasolina sin que eso esté sustentado por una resolución firme de autoridad competente.

16.- Hasta el momento la PROFECO no ha dictado la resolución correspondiente al expediente PFC.C.B.1.05/000045-2006, y por consiguiente, esa autoridad no ha resuelto que SERVICIO COYOACÁN viola alguna norma jurídica, ni menos aún se le ha impuesto sanción alguna por haber cometido una supuesta irregularidad.

Resulta evidente que la PROFECO actúa indebidamente al comunicarle al público que cierta gasolinera ha incurrido en irregularidades graves, cuando no hay resolución alguna donde se funde y motive la existencia de esas irregularidades."

Como se advierte de la anterior transcripción, los hechos en los que basa su acción la parte actora, consisten en que la Profeco publicó en su portal de Internet irregularidades de la gasolinera "Servicio Coyoacán" sin que se haya dictado resolución en el expediente PFC.C.B.1.05/000045-2006.

Cabe precisar que de un análisis integral y sistemático de la Ley Federal de Protección al Consumidor, específicamente en sus artículos 13, 24, 25, 25 Bis, 96, 97 Ter, 97 Quáter, 98, 98 Ter y 128 Ter, se desprende que la Procuraduría Federal del Consumidor está facultada para verificar a través de visitas, requerimientos de información o documentación, monitoreos, o por cualquier otro medio, el cumplimiento de la Ley Federal de Protección al Consumidor, e imponer las sanciones o medidas precautorias o de aseguramiento, en caso de detectar irregularidades. La comprobación de calidad, especificaciones o cualquiera otra característica de los bienes o servicios se realizará conforme a la Ley Federal sobre Metrología y Normalización, a las normas oficiales mexicanas, a falta de éstas, conforme a las normas mexicanas o a los métodos o procedimientos que determinen la Secretaría de Economía o la dependencia competente del Ejecutivo Federal, previa audiencia de los interesados y que, la mencionada procuraduría podrá imponer las medidas precautorias señaladas en el artículo 25 Bis de la ley en comento, consistente en inmovilización de envases, bienes, productos y transportes, aseguramiento de bienes o productos, suspensión de la comercialización de bienes, productos o servicios, colocación de sellos de advertencia, y la suspensión de información o publicidad, conforme a los criterios que al efecto expida ella misma cuando se afecte o se pueda afectar la vida, la salud, la seguridad o la economía de una colectividad de consumidores asentándose dicha circunstancia en el acta relativa.

En el caso a estudio, la acción de daño moral deviene de la publicación que realizó la Procuraduría Federal del Consumidor en su página de Internet y para definir si su actuar fue legal (conforme a derecho), es preciso referirse al marco legal que rige dicha publicación.

El artículo 8o. de la mencionada ley, impone a la Procuraduría Federal del Consumidor la obligación de verificar que se respeten los precios máximos establecidos en términos de la Ley Federal de Competencia Económica, así como los precios y tarifas que conforme a lo dispuesto por otras disposiciones sean determinados por las autoridades competentes.

Para ejecutar la verificación antes mencionada, el artículo 13 de la ley que se examina decreta el imperativo a cargo de la referida procuraduría, de realizar visitas, requerimientos de información o documentación, monitoreos o por cualquier otro medio y precisa la obligación de los proveedores, sus representantes o sus empleados, de permitir al personal acreditado de la procuraduría en comento, el acceso al lugar o lugares objeto de la verificación.

Similar facultad de verificación se instituye en el artículo 24 de la ley en estudio, en donde se establece la facultad de la Procuraduría Federal del Consumidor de vigilar y verificar el cumplimiento de las obligaciones en materia de precios y tarifas establecidos o registrados por la autoridad competente, así como verificar que las pesas, medidas y los instrumentos de medición que se utilicen en transacciones comerciales, industriales o de servicios sean adecuados y, en su caso, realizar el ajuste de los instrumentos de medición según lo dispuesto por la Ley Federal sobre Metrología y Normalización.

Asimismo, dicho precepto establece la atribución de recopilar, elaborar, procesar y divulgar información objetiva para facilitar al consumidor un mejor conocimiento de los bienes y servicios que se ofrecen en el mercado, es decir, que la publicación que realice dicha autoridad administrativa es que la información que llega a la sociedad consumidora a través de los medios masivos de comunicación, refleje la realidad y tenga un contenido que permita y coadyuve al acceso al consumidor respecto del bien o servicio que se da a conocer, por lo que, desde esa perspectiva, dicho numeral pone un límite a la publicación consistente en que sea objetiva y real, para evitar dañar los derechos de tercero.

Lo anterior se robustece, con el contenido de los artículos 32, 92 y 98 bis de la anotada ley que señalan:

"ARTICULO 32.- La información o publicidad relativa a bienes, productos o servicios que se difundan por cualquier medio o forma, deberán ser veraces, comprobables y exentos de textos, diálogos, sonidos, imágenes, marcas, denominaciones de origen y otras descripciones que induzcan o puedan inducir a error o confusión por engañosas o abusivas.
…"
"ARTICULO 92.- Los consumidores tendrán derecho, a su elección, a la reposición del producto o a la devolución de la cantidad pagada, contra la entrega del producto adquirido, y en todo caso, a una bonificación o compensación, en los siguientes casos:
I…
Si con motivo de la verificación la Procuraduría detecta el incumplimiento de alguno de los supuestos previstos por este precepto, podrá ordenar que se informe a los consumidores sobre las irregularidades detectadas para el efecto de que puedan exigir al proveedor la bonificación o compensación que corresponda, en los términos del artículo 98 BIS."

"ARTICULO 98 BIS.- Cuando con motivo de una verificación la Procuraduría detecte violaciones a esta ley y demás disposiciones aplicables, podrá ordenar se informe a los consumidores individual o colectivamente, inclusive a través de medios de comunicación masiva, sobre las acciones u omisiones de los proveedores que afecten sus intereses o derechos, así como la forma en que los proveedores los retribuirán o compensarán, debiendo éstos acreditar el cumplimiento de dicha orden. En caso de no hacerlo, se aplicarán las sanciones que correspondan."

Así, la información que despliegue la Procuraduría Federal del Consumidor a consecuencia de una verificación, deberá ser objetiva y veraz, ello para evitar daños y perjuicios a terceros; asimismo dicha facultad de la autoridad administrativa deberá de recaer en un punto resolutivo que se dicte al resolver el procedimiento en cuestión, tal y como lo establece el artículo 62 del Reglamento de la Ley Federal de Protección al Consumidor, al establecer:

***Artículo 62.-** Para el ejercicio de las atribuciones que los artículos 24, fracción XXI; 92, último párrafo y 98 BIS de la Ley confieren a la Procuraduría, ésta emitirá la orden respectiva como uno de los puntos resolutivos del procedimiento por infracciones a la Ley. La información que los proveedores deban proporcionar a los consumidores en términos de lo dispuesto por dichos preceptos deberá ser clara, adecuada y suficiente.*

En ese orden de ideas, si bien es cierto que de conformidad con el artículo 20 de la Ley Federal de Protección al Consumidor, la Procuraduría Federal del Consumidor es un organismo descentralizado de servicio social con personalidad jurídica y patrimonio propio y entre sus funciones como autoridad administrativa para promover y proteger los derechos e intereses del consumidor y procurar la equidad y seguridad jurídica en las relaciones entre proveedores y consumidores, se encuentra la de publicar a través de los medios de comunicación las irregularidades de los proveedores en sus productos o servicios, también lo es que tal difusión debe ser conforme lo dispuesto en la ley de la materia y su reglamento, que como ya se dijo, la publicación debe ser objetiva y ordenada en un punto resolutivo inmerso en la resolución que dirima el procedimiento administrativo incoado en contra del proveedor.

Luego, si el hecho ilícito es el que se realiza en contravención a las leyes de orden público o a las buenas costumbres, y en el caso concreto, el actor hace depender su acción de daño moral por el actuar de la Procuraduría Federal del Consumidor al publicar en su portal de Internet que el demandante ha incurrido en graves irregularidades al despachar gasolina al público consumidor, pese a que no existe una resolución definitiva en la que se ordene tal medida, en consecuencia, habría que demostrar la ilegalidad de la aludida autoridad consistente en realizar dicha publicación en contravención de los artículos previamente analizados y que señalan los requisitos para publicar a través de medios de comunicación información sobre los proveedores, por lo que si no se hace atendiendo a tales normas tal actuar sí es ilegal, porque la ilicitud contenido en el artículo 1916 del Código Civil Federal debe entenderse a lato sensu, por lo que contempla la hipótesis de que es ilícito lo que no esta permitido por la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Así, se afirma que sí se acreditaron los dos elementos de la acción, en virtud de que Servicio Coyoacán, Sociedad Anónima de Capital Variable, a través de su apoderado legal, para acreditar los hechos de su acción, allegó al sumario el siguiente material probatorio:

1.- Testimonio del acta de fe de hechos número tres mil seiscientos sesenta y cuatro, libro noventa y uno ante el licenciado Ricardo Felipe Sánchez Destenave, titular de la Notaria Pública Número Doscientos Treinta y Nueve del Distrito Federal.

2.- Copias certificadas del expediente PFC.C.B.1.05/000045-2006 levantado en contra de Servicio Coyoacán, Sociedad Anónima de Capital Variable por la Procuraduría Federal del Consumidor.

3.- Copias certificadas de la sentencia dictada por el Segundo Tribunal Colegiado en Materia Administrativa en el Primer Circuito, en el juicio de amparo en revisión 28/2007.

4.- Confesión judicial en términos del artículo 95 del Código Federal de Procedimientos Civiles, respecto a la contestación que hace la demandada a los hechos cuatro, siete, ocho y once.

5.- La confesional a cargo de la demandada.

Las pruebas precisadas del 1 al 4, fueron admitidas y desahogadas por su propia y especial naturaleza, mediante proveído de trece de junio de dos mil siete y la número cinco fue admitida en ese mismo proveído pero fue desahogada por acuerdo de veintiuno de junio del año citado y que obra a fojas cuatrocientos sesenta y cinco a cuatrocientos sesenta y ocho del expediente original.

De las copias certificadas del expediente PFC.C.B.1.05/000045-2006 en contra de Servicio Coyoacán, Sociedad Anónima de Capital Variable, valorada en términos del artículo 129 del Código Federal de Procedimientos Civiles, de conformidad con el numeral 202 de dicha codificación, se demuestra que no existe constancia que la Procuraduría Federal del Consumidor haya dictado sentencia en tal expediente administrativo, por lo que la publicación que realizó el servidor en su sitio de Internet a partir del diecisiete de agosto de dos mil seis, no se encuentra permitido por la Ley Federal de Protección al Consumidor, ya que el artículo 62 de su reglamento, constriñe a la autoridad a decidir en un punto resolutivo de la sentencia que resuelva el procedimiento administrativo del proveedor, sobre la publicación en los medios de comunicación sobre las irregularidades que se le imputen al mismo.

Hecho ilícito que se desprende con la copia certificada de la resolución de uno de marzo de dos mil siete, dictada por el Segundo Tribunal Colegiado en Materia Administrativa del Primer Circuito, en los autos del recurso de revisión 28/2007, de la que se desprende que dicho órgano jurisdiccional revocó la sentencia de trece de diciembre de dos mil seis dictada en el juicio de amparo 901/2006 por el Juez Sexto de Distrito en Materia Administrativa en el Distrito Federal y concedió la protección constitucional solicitada, al establecer que la publicación que realizó la Procuraduría Federal del Consumidor a través del Internet sobre irregularidades en la venta de gasolina de Servicio Coyoacán, Sociedad Anónima de Capital Variable, carecía de los requisitos de fundamentación y motivación.

Prueba que tiene valor probatorio en términos del artículo 129 del Código Federal de Procedimientos Civiles, de conformidad con el numeral 202 de dicho cuerpo normativo y que acredita que la Procuraduría Federal del Consumidor al publicar en su página de Internet las irregularidades que le atribuye a la parte actora Servicio Coyoacán, Sociedad Anónima de Capital Variable, no actuó conforme a la ley, pues no fundó ni motivó su actuar en ninguna disposición jurídica, en tanto que el artículo 62 del Reglamento de la Ley de la Procuraduría Federal del Consumidor no permite la publicación de irregularidades de los proveedores, sino es a través de la orden emitida en un punto resolutivo que se emita en la sentencia que resuelva el procedimiento administrativo que se instaure al proveedor, por lo que tal cuerpo normativo prohíbe cualquier publicación que no este ordenada en una sentencia que resuelva el procedimiento administrativo.

Así, de las pruebas antes señaladas, se advierte que la demanda publicó en su página de Internet que el actor cometió irregularidades graves en el despacho de gasolina a los consumidores y que dicha publicación se hizo sin estar ordenado en un punto resolutivo de la resolución que ponga fin al procedimiento, además que el Segundo Tribunal Colegiado en Materia Administrativa consideró que la anotada publicación violó las garantías consagradas en el artículo 16 Constitucional por no estar fundada ni motivada.

Con base en lo anterior, se considera que se encuentran demostrados los elementos consistentes en el hecho ilícito imputable a la parte demandada en ejercicio de sus funciones, pues si bien es cierto se encuentra facultada para realizar publicaciones a través de medios de comunicación, entre el que destaca, su página de Internet, también lo es que no lo hizo conforme a los requisitos que, para ello, establece la Ley Federal de Protección al Consumidor y su Reglamento, pues no se ordenó en una resolución que ponga fin al procedimiento, en el que como sanción se establezca en un punto resolutivo, como se estableció previamente y que para evitar repeticiones innecesarias se tienen aquí por reproducidas, de ahí que se actualiza el actuar ilegal (por contrariar disposiciones legales) de la Procuraduría Federal del Consumidor, pues su conducta no se encuentra conforme a los artículos 24, 32, 92 y 98bis de la Ley Federal de Protección al Consumidor que establecen obligaciones en forma imperativa.

Se cita por identidad jurídica, la jurisprudencia I.6o.C. J/26 del Sexto Tribunal Colegiado en Materia Civil del Primer Circuito, visible en la página mil quinientos ochenta y cuatro, Tomo XIII, Enero de 2001, Novena Época, Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta, que dice:

> ***"ILÍCITO. TAL ADJETIVO JURÍDICO CONTENIDO EN EL ARTÍCULO 1916 DEL CÓDIGO CIVIL PARA EL DISTRITO FEDERAL, DEBE ENTENDERSE APLICADO LATO SENSU.*** *El numeral 1916 del ordenamiento sustantivo de la materia, que contiene el adjetivo "ilícito", como elemento sine qua non de la conducta positiva u omisiva, debe entenderse en género próximo como un no lícito, o no permitido por la ley, con independencia de que ésta pertenezca o no al orden público; de tal manera que se debe considerar aplicado lato sensu y no únicamente limitado a una conducta u omisión sancionada por la ley penal."*

Asimismo, se cita por identidad jurídica, la tesis I.8o.A.125 A del Octavo Tribunal Colegiado en Materia Administrativa del Primer Circuito, visible en la página dos mil seiscientos ochenta y uno, Tomo XXVI, Julio de 2007, Novena Época, Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta, que dice:

> ***"PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR. LA DIFUSIÓN DE LAS IRREGULARIDADES COMETIDAS POR LOS PROVEEDORES Y LA CLASIFICACIÓN DE ÉSTOS COMO INFRACTORES, AL SER UN ACTO DE MOLESTIA DEBE CUMPLIR CON LA FUNDAMENTACIÓN Y MOTIVACIÓN QUE EXIGE EL ARTÍCULO 16 DE LA CONSTITUCIÓN FEDERAL.*** *Si bien es cierto que los artículos 1 a 10 y 13 a 26 de la Ley Federal de Transparencia y Acceso a la Información Pública Gubernamental y 6o. a 9o., 13, 20, 24 y 44 de la Ley Federal de Protección al Consumidor, facultan a la Procuraduría Federal del Consumidor para informar a la sociedad sobre los resultados de su gestión, control y verificación, a efecto de que el consumidor pueda ejercer sus derechos en la contratación de los bienes y servicios que le son ofrecidos, también lo es que el ejercicio de esa actividad, en cuanto puede afectar el honor o reputación de los proveedores, aun cuando no es un acto de privación, sino de molestia, debe ceñirse a los requisitos de fundamentación y motivación que prevé el artículo 16 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. En este sentido, aunque no puede exigirse que en cada caso exista un mandamiento escrito que ordene la inserción en la página de Internet de las denuncias y reportes contra los proveedores, el número de visitas de verificación practicadas a éstos, las medidas adoptadas por la institución en cuanto a dichas quejas y los amparos promovidos contra aquéllas, porque el acto no está dirigido a un particular, es necesario, que esté fundado en la ley que faculte a la autoridad para difundir la información, además de que los datos que haga públicos sean objetivos y se identifiquen las fuentes. De esta manera, debe estimarse inconstitucional la información relativa a que un establecimiento ha cometido irregularidades, si la autoridad sólo exhibe actas de verificación en donde se hacen constar ciertos hechos pero no acredita que se haya dictado alguna resolución que clasifique esos actos y declare infractor al proveedor de que se trate."*

El tercer elemento también se actualiza, pues a consideración de este tribunal, la publicación de las irregularidades graves que le imputa a la parte actora afectaron los bienes tutelados en el artículo 1916 del Código Civil Federal, consistentes en el decoro, honor y reputación, valores extrapatrimoniales indicados en la demanda, pues la demandada publicó que el actor despachaba gasolina con irregularidades graves a través de su página de Internet, por lo que está al alcance del público, lo que resulta suficiente para conceptuar y demostrar el daño moral alegado.

En efecto, existen dos corrientes teóricas sobre el daño moral, a saber: a) la de la comprobación objetiva del daño; y, b) la de la comprobación subjetiva de éste.

La primera de las corrientes teóricas mencionadas, establece dos elementos a justificar para que proceda la demanda de indemnización por concepto de daño moral y que son: 1) la relación jurídica que vincula al sujeto activo o agente pasivo o agraviado; y, 2) la existencia del hecho u omisión ilícito que lesionó uno o varios de los bienes que tutela la figura (conducta antijurídica y realidad del ataque). Conforme a esta corriente el daño moral no debe ser acreditado en su efectiva existencia, sino que se actualiza con el solo acto antijurídico en que se fundamenta.

La segunda corriente teórica mencionada, exige la justificación de la existencia efectiva y extensión o gravedad del daño, considera la parte intelectual, psíquica del autor del hecho, siendo la base de tal

responsabilidad la noción de culpa. De esta manera, la diferencia entre la responsabilidad objetiva y la subjetiva radica en que ésta implica negligencia, dolo o intencionalidad en la realización del daño; en cambio, la objetiva resulta ajeno si hubo o no intencionalidad dolosa.

Ahora bien, desde un punto de vista subjetivo, la prueba de la existencia del daño moral sería imposible, ya que atendiendo a la posición irreconciliable de posturas habidas entre actor y demandado, éstos nunca coincidirían en cuándo un bien moral está o no verdaderamente conculcado, pues habría tantos criterios subjetivos sobre la actualización y certeza del daño, y de su gravedad, como individuos que se expresaran al respecto.

En cambio, desde el punto de vista objetivo, el accionante no tiene por qué demostrar ante el juzgador la intensidad del dolor sufrido o la magnitud del daño internamente causado, sino que el daño moral será justificado desde el momento en que se acredite la ilicitud de la conducta y la realidad del ataque, lo que igualmente demostrará la vinculación jurídica entre agresor y agraviado.

En nuestra legislación vigente, se advierte que el legislador adoptó la postura más moderna sobre la prueba del daño moral, rechazando absolutamente la comprobación subjetiva y admitiendo la valoración objetiva del agravio extrapatrimonial.

En efecto, en la parte conducente del dictamen de la Cámara de Senadores, respecto a la reforma de 1982, con relación al artículo 1916 del Código Civil, se señaló:

"…
Por tal razón, se estima plausible que en el primer párrafo del artículo 1916 se enumeren las hipótesis de daño moral, con el fin de darle al órgano jurisdiccional pautas objetivas para determinar la existencia del agravio a los derechos extrapatrimoniales de a personalidad.
Tal enumeración no resulta arbitraria, sino recoge el pensamiento de las doctrinas más modernas del derecho civil contemporáneo.
Algunas de las hipótesis enumeradas conllevan al propio tiempo un daño pecuniario y un daño moral.
Así, el ataque al honor, reputación o estima de una persona, independientemente del dolor íntimo causado, produce normalmente un perjuicio económico que se traduce en la pérdida de una situación, con la disminución de beneficios monetarios.
Sin embargo, existen hipótesis en las que las que afectación no produce daños perjuicios materiales; y, no obstante, deben de ser compensadas, ya que de otro modo las conductas ilícitas resultarían impunes.
La muerte de una persona amada constituye una clara afectación a los sentimientos y tal afectación normalmente no produce disminución pecuniaria. Sería notoriamente injusto dejar sin compensacion tal daño moral.
Se plantea en la Minuta aprobada por la Colegisladora la necesidad de establecer la reparación del daño moral a base de una compensación, de libre apreciación por el juez, aunque ceñido a la objetividad de los hechos valorados.
Hoy, este principio es unánimemente admitido por las legislaciones y la jurisprudencia, desechando escrúpulos infundados del pasado que sostenían la imposibilidad de valorar pecuniariamente un bien de índole espiritual.
En efecto, se ha pretendido que resultaba no sólo imposible valorar pecuniariamente un bien de índole espiritual, sino aún que tal pretendida valoración resultaba inmoral.
Por el contrario, la inmoralidad, el escándalo, estarían más bien en no compensar los- daños a los valores más caros al individuo.
Es cierto que se ha mencionado que existe dificultad para demostrar la existencia, del dolor, del sentimiento herido por el ataque a las afecciones íntimas, al honor y a la reputación, así como el sentimiento de inferioridad que provoca una desfiguración o el detrimento del aspecto físico.
Pero la dificultad de acreditar el menoscabo a los atributos de la personalidad de contenido moral y de proyección esencial en la convivencia y la dificultad de una determinación exacta del detrimento sufrido no puede significar que se dejen sin compensación tales afectaciones.
Por ello, resultaba necesario establecer que se entiende por daño moral, a fin de que la víctima únicamente deba acreditar la realidad del ataque; y así el juez no tiene por qué confrontar la intensidad del dolor sufrido, en orden a que el propio dispositivo establece la categoría de los atributos de la personalidad, dignos de protección.
…"

Así pues, en el caso concreto, la acreditación del daño moral quedó comprobado desde el momento en que se demostró la ilegalidad de la demandada al publicar en su página de Internet que el actor despachaba gasolina con irregularidades graves, pues al tratarse de una persona moral proveedora de gasolina al consumidor general, afecta a su reputación, honor y decoro del servicio y calidad que venía acreditando antes de la publicación de mérito, ya que las indicadas cualidades son consustanciales a su persona, las que, como ya se vio, fueron transgredidas por la parte demandada al actuar de manera ilícita.

Lo anterior se corrobora, con la prueba que ofreció el demandante consistente en la confesión judicial que hace el propio demandado al dar contestación al hecho once, en el que aceptó la autoría de la publicación en el sitio de Internet, pues señaló que "*…con fecha 17 de agosto del 2006, incorporó al sitio web de Profeco un vínculo denominado 'Quién es Quién en las Gasolineras' en el que se contiene información relacionada con el historial de verificaciones que la Procuraduría Federal del Consumidor ha realizado*…"; prueba esta que tiene valor probatorio en términos de los artículos 95, 127 y 199 del Código Federal de Procedimientos Civiles al ser realizada por una autoridad por hechos propios, sin coacción ni violencia.

De igual forma se acredita el último elemento de la acción consistente en la relación de causalidad entre el hecho y el daño, pues de las anotadas pruebas, adminiculadas entre sí, y valoradas en su conjunto de conformidad con el artículo 197 del código procesal invocado, justifican plenamente el vínculo jurídico entre el agente dañoso y el sujeto pasivo, así como la realidad del ataque antijurídico de que fue objeto la accionante del juicio, puesto que demuestran que en la página de Internet de la Profeco se realizó una publicación sin cumplir con los requisitos que preceptúan los artículos 24, 32, 92 y 98bis de la Ley Federal de Protección al Consumidor, refiriendo que la actora despacha gasolina con graves irregularidades, que provocaron un daño en los valores morales de la accionante consistentes en su decoro, honor y reputación.

En consecuencia, si para producir el aludido daño moral se requiere que la persona sufra una afectación de cualquiera de los bienes que tutela el artículo 1916 del Código Civil, en este caso fue el decoro, honor y la reputación del actor la que se vio perjudicada; que esa afectación sea producto, consecuencia o derivado de un hecho ilícito, lo cual también se actualizó ya que las publicaciones realizadas por el demandado en su página de Internet no fueron apegadas a derecho por no cumplir con los artículos 24, 32, 92 y 98bis de la Ley Federal de Protección al Consumidor, es decir, de manera ilegal, además de que se publicaron como hechos veraces y objetivos sin que se hubiere dictado una resolución que ponga fin al procedimiento administrativo PFC.C.B.1.05/000045-2006 y, finalmente, el que existiera una relación de causa-efecto entre ambos acontecimientos lo que también se produjo al determinarse que dicha publicación ocasionó una afectación en el decoro, honor y reputación del actor así como en la apreciación o consideración que la sociedad pudiera tener de él ya que al desempeñarse como comerciante y el hecho de afirmar que proveía gasolina a sus clientes con irregularidades graves irregular, genera para los consumidores poca credibilidad como proveedor en sus actividades comerciales; así la causa-efecto se encuentra perfectamente identificada, pues debido a la publicación en la página de Internet (causa) que realizó el demandado Procuraduría Federal del Consumidor, trajo consigo consecuencias a la parte demandante consistentes en la afectación a su reputación, honor y decoro (efecto) respecto a la calidad y servicios que ostentaba como proveedor al público en general.

Establecido lo anterior, se pasa al estudio de las excepciones y defensas opuestas por la demandada.

La demandada como excepciones estableció las siguientes:

1.- IMPROCEDENCIA DE LA VÍA.
2.- INCOMPETENCIA POR RAZÓN DE LA MATERIA.
3.- FALTA DE ACCIÓN Y DE DERECHO.
4.- LA DERIVADA DE LO DISPUESTO POR LOS ARTÍCULOS 24, FRACCIÓN IV Y 98 BIS DE LA LEY FEDERAL DE PROTECCIÓN AL CONSUMIDOR.
5.- SINE ACTIONE AGIS.

Asimismo ofreció como pruebas y que fueron admitidas las siguientes:

a) La confesional.
b) Copias certificadas de las actuaciones del expediente PFC.C.B.1.05/000045-2006.

Así son infundadas las excepciones de improcedencia de la vía e incompetencia por razón de la materia, que plantea el demandado, consistentes en que la acción que intenta el actor no es por vía civil en virtud de que la base para establecer la obligación del Estado de indemnizar al particular que haya sufrido una lesión en su patrimonio deriva de la Ley Federal de Responsabilidad Patrimonial del Estado, cuyas disposiciones son de naturaleza administrativa y por tanto la reclamación debió ser presentada ante el Tribunal Federal de Justicia Fiscal y Administrativa.

Lo anterior, debido a que este tribunal unitario el veinticinco de abril de dos mil siete, al resolver el toca civil 16/2007, estableció la competencia del Juez Quinto de Distrito en Materia Civil en el Distrito Federal para resolver sobre las prestaciones reclamadas por el actor, y por lo que hace a la improcedencia de la vía, este órgano jurisdiccional, en párrafos que anteceden determinó que sí era procedente la vía civil intentada por el demandante para resolver la acción de daño moral; consideraciones tanto de la incompetencia como de la vía, en obvio de repeticiones innecesarias, se dan por aquí reproducidas.

Asimismo son infundadas las excepciones de falta de acción y derecho, sine acciones agis y la derivada de los artículos 24, fracción IV y 98 Bis de la Ley Federal de Protección al Consumidor al sostener que la Procuraduría Federal del Consumidor, como órgano descentralizado de servicio social al difundir la información de que se duele la accionante, únicamente actúo en uso de las atribuciones que la Ley Federal de Protección al Consumidor le confiere y en cumplimiento al artículo 6 Constitucional, además de que conforme a los artículos 24, fracción IV y 98 Bis de la Ley Federal de Protección al Consumidor le facultan expresamente

a informar el resultado a los consumidores a través de medios de comunicación sobre las acciones u omisiones que afecten sus intereses o derechos.

Ello, en virtud de que como ya se dijo, en autos existe probanzas suficientes que demuestran la ilicitud de la Procuraduría Federal del Consumidor al publicar a través de su página de Internet que el actor cometió graves irregularidades al despachar gasolina a los consumidores, sin que exista una resolución que ponga fin al procedimiento administrativo PFC.C.B.1.05/000045-2006 en la que se hubiere ordenado tal publicación, como lo ordena el artículo 62 del Reglamento de la Ley de la Procuraduría Federal del Consumidor con relación a los artículos 24, 32, 92 y 98bis de la anotada ley, lo que ocasionó una afectación en el decoro, honor y reputación del actor al afectar la apreciación o consideración que la sociedad pudiera tener de él ya que al desempeñarse como comerciante y el hecho de afirmar que proveía gasolina a sus clientes con irregularidades graves irregular, genera para los consumidores poca credibilidad como proveedor en sus actividades comerciales, razón más que suficiente para estimar infundada la manifestación del reseñado demandado y por ende improcedente las excepciones en estudio, máxime que el actor acreditó sus pretensiones.

En consecuencia, se condena a la parte demandada a las prestaciones reclamadas por el actor y se ordena que en el término de tres días a que causa ejecutoria la presente sentencia conforme lo establece el artículo 297, fracción II del Código Federal de Procedimientos Civiles demuestre fehacientemente la publicación del considerando séptimo de la presente sentencia en los medios siguientes:

1) Página de Internet con el dominio www.profeco.gob.mx
2) Primera sección del periódico Reforma del Distrito Federal y
3) Revista del Consumidor

Asimismo deberá demostrar que removió de su página de internet la publicación en la que señala que el actor despacha gasolina con graves irregularidades hasta en tanto no se cumpla con los requisitos que prevé para la publicación de tales medidas, los artículos 24, 32, 92 y 98bis de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Se cita por identidad jurídica, la tesis I.3o.C.580 C del Tercer Tribunal Colegiado en Materia Civil del Primer Circuito, visible en la página mil trescientos veintiuno, Tomo XXIV, Diciembre de 2006, Novena Época, Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta, que dice:

> ***"DAÑO MORAL CAUSADO POR UN TEXTO IMPRESO EN UN MEDIO DE COMUNICACIÓN SOCIAL. SU REPARACIÓN DEBE HACERSE MEDIANTE LA PUBLICACIÓN DE UN EXTRACTO DE LA SENTENCIA DICTADA EN EL JUICIO RESPECTIVO, EN LAS MISMAS CONDICIONES EN QUE SE HIZO LA PUBLICACIÓN QUE LO CAUSÓ (ARTÍCULO 1916 DEL CÓDIGO CIVIL PARA EL DISTRITO FEDERAL).*** *De conformidad con lo dispuesto en el artículo 1916 del Código Civil para el Distrito Federal, el legislador contempló como medio para procurar reparar el daño moral, la indemnización en dinero, pero también consideró que si el daño derivó de un acto que en determinada persona afectó su decoro, honor, reputación o consideración, y que fue difundido en un medio informativo, el Juez, además, previa petición del ofendido y a costa del responsable, estaría obligado a condenar a este último a publicar en el mismo medio el extracto de la sentencia en la que se hubiera declarado fundada la acción de daño moral, con la misma relevancia que hubiere tenido la difusión original. Consecuentemente, si reparar importa restablecer en la medida de lo posible el equilibrio preexistente alterado por el daño moral, la publicidad de la sentencia definitiva que con el carácter de cosa juzgada ha concretado ese derecho en favor del afectado, tiene como consecuencia lógica y natural neutralizar el perjuicio injustificadamente sufrido. La referida publicidad del extracto de la sentencia, no constituye un sometimiento de los medios de información a restricciones arbitrarias, ni menos todavía a la censura directa o indirecta emanada del Estado, puesto que únicamente se actualiza la máxima de derecho en el sentido de que no puede haber libertades y derechos sin límites, por lo que tales medios deben estar constreñidos a intervenir para asegurar un adecuado equilibrio de los intereses comprometidos por el fenómeno informativo, incluyendo desde luego el interés de los informados así como el del gobernado que en su caso resulte agraviado por tal fenómeno. Además, al hacer la publicación de la sentencia, quedan en equilibrio las garantías de libertad de expresión y de imprenta, con el derecho del individuo que resintió daño moral por esa actividad, que siendo lícita, tiene sus límites, sin que el medio de comunicación se vea privado de su garantía de audiencia previa, porque la condena es en relación al responsable de la publicación, y no existe privación de ningún derecho sustantivo, puesto que la publicación es a costa del responsable o del sujeto que causó el daño, y tal obligación de hacer, se le puede imponer al medio de comunicación, porque la sentencia que condena a la reparación del daño moral, es oponible a terceros, en la medida en que la causa del daño se originó por la difusión de información que llegó a terceros, también en forma indiscriminada, y por ende, la medida de la reparación es acorde a la causa y forma origen del daño moral. Por ello, cuando un medio masivo de información difundió una nota periodística que causó daño moral a una persona determinada, y el autor intelectual y material del texto que fue impreso, ya fue condenado, está obligado, aunque no haya sido parte en el juicio respectivo, a publicar un extracto de las sentencias dictadas en los juicios en donde se han acreditado los elementos del daño moral derivado de una nota periodística publicada, porque así cumplen con su función primordial que no es otra más que la de servir a los intereses de la sociedad y evitar que se desequilibre el orden público, ya que la sociedad tiene interés en que se le informe sobre la verdad legal constituida por una sentencia firme e inimpugnable."*

Por último, con fundamento en lo dispuesto por los artículos 7 y 8 del Código Federal de Procedimientos Civiles, no se hace especial condena en costas en primera instancia, ya que a juicio de este órgano resolutor, las partes litigantes sujetaron su actuación procesal a lo estrictamente indispensable para hacer posible el dictado de la presente sentencia.

En efecto, en la especie se actualiza el caso de excepción contemplado en el diverso numeral 8 del invocado ordenamiento legal, pues debe considerase que no le es imputable a la parte vencida la falta de composición voluntaria de la controversia, y, además, que limitó su actuación, en el desarrollo del proceso, a lo estrictamente indispensable para hacer posible la definitiva resolución del negocio.

Se sostiene lo anterior, pues, en el caso no es imputable al demandado la falta de composición voluntaria de la controversia, en términos de la fracción II del artículo 8 del Código Federal de Procedimientos Civiles, en razón de que la controversia sometida a la consideración de este órgano jurisdiccional versó sobre un derecho dudoso, ya que si bien es cierto que las pretensiones del actor prosperaron, también lo es que la acción ejercitada por el demandante se refiere al derecho dudoso sobre el daño moral que ocasionó el reo en su actuar como servidor público, para cuya disipación, este órgano jurisdiccional, tuvo que analizar las pruebas que obran en el juicio relacionándolas con los hechos narrados pro las partes, tan es así que el juzgador de origen emitió una sentencia contraria a la aquí emitida.

Se cita por identidad jurídica, la tesis III.2o.C.114 C del Segundo Tribunal Colegiado en Materia Civil del Tercer Circuito, visible en la página mil setecientos noventa y cuatro, Tomo XXIII, Febrero de 2006, Novena Época, Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta, que dice:

> ***"COSTAS. EL JUZGADOR NO TIENE OBLIGACIÓN DE ESTABLECER EN LA SENTENCIA, LAS RAZONES POR LAS CUALES CONSIDERÓ QUE NO SE ACTUALIZÓ LA HIPÓTESIS DE EXCEPCIÓN A SU PAGO, ESTABLECIDA EN EL ARTÍCULO 143, FRACCIÓN IV, DEL CÓDIGO DE PROCEDIMIENTOS CIVILES PARA EL ESTADO DE JALISCO.*** *El artículo 143, fracción IV, del Código de Procedimientos Civiles para el Estado de Jalisco, establece a favor de los tribunales de instancia una facultad discrecional para eximir del pago de las costas al perdidoso en el juicio, en el supuesto de que, a su consideración, el punto discutido haya sido verdaderamente dudoso o porque advierta que existían razones de apariencia suficientes para fundar la creencia u opinión sustentada por el vencido. Sin embargo, la libertad de apreciación que el mencionado precepto concede al juzgador, no solamente constituye una facultad de tipo discrecional, sino también potestativa, ya que la ley no obliga al tribunal a que haga uso del "poder de apreciación" que le confiere; por lo cual, es obvio que la mencionada norma, no genera obligación legal alguna para la autoridad. Así, al establecer el precepto que se comenta un caso de excepción para la condena al pago de las costas, basado en el ejercicio de una facultad de tipo discrecional y potestativa, es claro que la autoridad solamente está obligada a fundar su sentencia en el mencionado numeral y fracción, y a motivar su actualización en acatamiento a lo indicado en el artículo 16 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, cuando haga uso de ella; pero no, cuando haya decidido no ejercerla. Por tal motivo, si la autoridad establece en su sentencia que procede condenar al pago de las costas del juicio por haberse actualizado alguna de las hipótesis que expresamente establece la ley; es obvio que no transgrede la garantía de fundamentación y motivación establecida en el artículo 16 de la Constitución, si en tal condena, no razonó por qué no se está en el caso previsto en el artículo 143, fracción IV, del Código de Procedimientos Civiles para esta entidad; pues, el hecho mismo de condenar al pago de las costas, evidencia que en la autoridad no existió duda alguna en relación con el punto discutido y, por ende, tampoco consideró que existían razones de apariencia suficientes para fundar la creencia u opinión sustentada por el perdidoso en el juicio; además, como se indicó, la ley no obliga al juzgador a que haga uso del "poder de apreciación" que le confiere el mencionado artículo 143, fracción IV, del código procesal en consulta, por lo que, el hecho de que la autoridad responsable haya decidido no atender a la excepción ahí planteada, no puede violar garantías individuales."*

Asimismo la tesis II.3o.C.37 C del Tercer Tribunal Colegiado en Materia Civil del Segundo Circuito, visible en la página mil doscientos noventa y ocho, Tomo XV, Marzo de 2002, Novena Época, Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta, que expresa:

> ***"AUTOCOMPOSICIÓN VOLUNTARIA. INTERPRETACIÓN DEL ARTÍCULO 8o., FRACCIÓN II, DEL CÓDIGO FEDERAL DE PROCEDIMIENTOS CIVILES****. Es inexacto que una controversia judicial siempre decida un derecho dudoso, pues éste consiste en la hipótesis de que no esté determinado incontrovertiblemente el derecho, es decir, el caso en que exista duda sobre si los hechos en que se funda una pretensión encuadran o no en una determinada hipótesis normativa, conforme a la interpretación que de ésta debe hacer la autoridad judicial."*

Luego, lo que procede es revocar la sentencia, bajo las consideraciones expuestas en este considerando, lo cual se hará inmediatamente después del estudio de los motivos de inconformidad esgrimidos por la apelante demandada Procuraduría Federal del Consumidor.

Equipos multifuncionales láser (escáner, impresora y copiadora)

CONSUMO INFORMADO

EL "MILUSOS" de escritorio

Ya sea que utilices equipo computacional en casa, para la escuela y las labores domésticas, o que formes parte del casi 40% de mexicanos que trabajan en una microempresa, seguramente necesitas un multifuncional a tu lado. Pero ten cuidado: sus funciones pueden ser similares, pero su precio puede variar hasta en $10,000.

Copias, impresiones, escaneo. Sería de gran costo y de poca utilidad tener un aparato para cada actividad, máxime si de cada uno tenemos un par de ociosos cables y una cuenta distinta de electricidad por pagar. Así que economizar espacio y ahorrar es la labor de un equipo multifuncional, que en un solo aparato logra englobar una gran cantidad de usos para ti. Y no estamos hablando de esos grandes mamotretos que ocupan el mismo espacio que una lavadora en una oficina. Nos referimos a los pequeños multifuncionales que se acomodan de manera idónea en un escritorio.

¿Qué hace ideales a estos equipos? Así como las micro y pequeñas empresas no cuentan con una gran cantidad de personal, tampoco necesitan gran cantidad de equipo. Y si tenemos en cuenta que 94.9% de todas las empresas mexicanas –manufactureras, de comercio y de servicio– son mircoempresas (y emplean un máximo de 10 personas), y que éstas emplean al 38.3% de todas las personas ocupadas, será más fácil percibir por qué es tan importante contar con buen equipo, que no sólo facilite las actividades, sino que ahorre tiempo y dinero.

El comparativo de calidad realizado por nuestro Laboratorio de Pruebas se abocó al análisis de los equipos multifuncionales láser monocromáticos, los cuales pueden imprimir documentos en blanco y negro y en escala de grises y cuentan con digitalización (escaneo). Además, ofrecen la función OCR (por sus siglas en inglés para Reconocimiento Óptico de Caracteres), que permite pasar el texto de un documento, revista o periódico, a un archivo de texto que puede editarse en la computadora. Todas las funciones que necesitas para tus tareas, ya sea en tu escuela o en tu pequeño negocio.

¿Qué buscamos en el estudio?

Analizamos 14 modelos de siete marcas de equipos multifuncionales láser monocromáticos. Cada modelo se sometió a 12 pruebas de sus tres funciones esenciales: escaneo, impresión y copiado.

Escaneo (digitalización) Se midió la velocidad con que el equipo digitaliza texto o documentos con imágenes y texto, y se analizó la calidad de los mismos usando una resolución de 300 ppp o dpi (puntos por pulgada, por sus siglas en inglés). También se determinó la fidelidad con que cada modelo digitaliza los colores y se evaluó el desempeño del software de OCR (Reconocimiento Óptico de Caracteres) mediante la contabilización de errores en una hoja de texto.

Impresión Se midió la velocidad con que se imprime texto en calidad normal y gráficas con tablas en calidad mejorada, y se determinó la calidad en cada caso.

Copiado Se midió la velocidad con que el equipo copia una hoja de texto negro con calidad normal, y una hoja con texto y gráficos a color con calidad mejorada copiada en escala de grises. En cada caso se determinó la calidad del producto impreso.

Rendimiento del tóner Tomando como base un documento de texto que es representativo de una carta oficial, medimos el número de páginas que puede imprimir cada modelo de multifuncional con un cartucho de tóner nuevo. Estas impresiones se llevaron a cabo con una calidad "normal", sin embargo, si se imprime el mismo documento con una resolución menor, comúnmente llamada "borrador", el rendimiento puede llegar a triplicarse.

Información al consumidor La etiqueta debía informar sobre el tipo de producto, marca, modelo y alimentación eléctrica, e incluir un instructivo de uso. Las garantías debían estar en español e indicar sus alcances y restricciones. Todos los modelos cumplen.

Ficha Técnica

Realización del estudio 1 de diciembre de 2008 al 5 de febrero de 2009
Periodo del muestreo 11 de diciembre de 2008 al 30 de enero de 2009
Marcas/modelos analizados 7/14
Total de pruebas/ensayos 180 /1,050

Gráfico Roberto Paz

Equipos multifuncionales

Sharp AL2040CS

ATRIBUTOS
- Fax ✗
- Memoria instalada **16 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✗
- Alimentador automático para escaneo **50 hojas**
- Impresión dúplex **Automática**
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x1200 ppp**

VELOCIDADES
- 22 ppm
- 2.5 ppm
- 2 ppm
- 3.4 ppm
- 1.2 ppm
- 3.5 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★★
- Calidad Escaneo ★★★
- Calidad Copiado ★★★
- Calidad OCR ★★★
- Evaluación global ★★★

Canon ImageClass MF6590

ATRIBUTOS
- Fax ✓
- Memoria instalada **128 MB**
- Capacidad por bandeja **500 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✓
- Alimentador automático para escaneo **50 hojas**
- Impresión dúplex **Automática**
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x600 ppp**

VELOCIDADES
- 24 ppm
- 5.5 ppm
- 3.5 ppm
- 2.7 ppm
- 2.1 ppm
- 7.5 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★★
- Calidad Escaneo ★★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★★

Samsung SCX-4828FN

ATRIBUTOS
- Fax ✓
- Memoria instalada **128 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✓
- Alimentador automático para escaneo **50 hojas**
- Impresión dúplex **Automática**
- Resolución máxima real de impresión **1200 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **1200x1200 ppp**

VELOCIDADES
- 30 ppm
- 5.9 ppm
- 3.6 ppm
- 2.4 ppm
- 2.3 ppm
- 6.6 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★★
- Calidad Escaneo ★★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★★

Hewlett Packard LaserJet M2727NF

ATRIBUTOS
- Fax ✓
- Memoria instalada **64 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✓
- Alimentador automático para escaneo **50 hojas**
- Impresión dúplex **Automática**
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **1200x1200 ppp**

VELOCIDADES
- 28 ppm
- 5 ppm
- 0.9 ppm
- 2ppm
- 1.4 ppm
- 1.4 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★★
- Calidad Escaneo ★★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★★

Oki B2540 MFP

ATRIBUTOS
Fax ✓
- Memoria instalada **64 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✓
- Alimentador automático para escaneo **50 hojas**
- Impresión dúplex **Manual**
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x600 ppp**

VELOCIDADES
- 18 ppm
- 2.5 ppm
- 0.2 ppm
- 2.5 ppm
- 0.8 ppm
- 3.6 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★★
- Calidad Escaneo ★★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★★

Hewlett Packard LaserJet M1120

ATRIBUTOS
- Fax ✗
- Memoria instalada **32 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✓
- Alimentador automático para escaneo ✗
- Impresión dúplex **Manual**
- Resolución máxima real de impresión **1200 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **1200x1200 ppp**

VELOCIDADES
- 20 ppm
- 6.9 ppm
- 3.2 ppm
- 0.9 ppm
- 3.1 ppm
- 5.2 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★★
- Calidad Escaneo ★★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★

Simbología: ✓Presenta• ✗No presenta• ★★★Excelente• ★★Bien• ★Regular • Máx. velocidad de impresión• Impresión de texto con calidad normal• Impresión de tablas con gráficas en alta calidad• Velocidad de escaneo de texto en alta calidad• Velocidad de escaneo de folleto a color en alta calidad• Copiado• **Ppm:** páginas por minuto

láser monocromáticos

Samsung SCX-4521F

ATRIBUTOS
- Fax ✓
- Memoria instalada **16 MB**
- Capacidad por bandeja **150 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✓
- Alimentador automático para escaneo **30 hojas**
- Impresión dúplex **Manual**
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x600 ppp**

VELOCIDADES
- 22 ppm
- 5.4 ppm
- 3.9 ppm
- 1.0 ppm
- 1.0 ppm
- 6.3 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★★
- Calidad Escaneo ★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★★
- Evaluación global ★★

Sharp AL2050CS

ATRIBUTOS
- Fax ✗
- Memoria instalada **30 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✗
- Alimentador automático para escaneo **50 hojas**
- Impresión dúplex **Automática**
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x1200 ppp**

VELOCIDADES
- 22 ppm
- 2.4 ppm
- 1.9 ppm
- 3.2 ppm
- 1.2 ppm
- 3.3 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★
- Calidad Escaneo ★★★
- Calidad Copiado ★★★
- Calidad OCR ★★★
- Evaluación global ★★

Brother DCP-7040

ATRIBUTOS
- Fax ✗
- Memoria instalada **16 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✗
- Alimentador automático para escaneo **35 hojas**
- Impresión dúplex ✗
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x2400 ppp**

VELOCIDADES
- 24 ppm
- 4.7 ppm
- 3.4 ppm
- 3.3 ppm
- 1.3 ppm
- 5.1 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★★
- Calidad Escaneo ★★
- Calidad Copiado ★★★
- Calidad OCR ★
- Evaluación global ★★

Brother MFC-7840w

ATRIBUTOS
- Fax ✓
- Memoria instalada **32 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✗
- Alimentador automático para escaneo **35 hojas**
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x2400 ppp**

VELOCIDADES
- 25 ppm
- 4.2 ppm
- 1.6 ppm
- 3.7 ppm
- 1.5 ppm
- 5.2 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★
- Calidad Escaneo ★★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★

Canon Image Class MF4370dn

ATRIBUTOS
- Fax ✓
- Memoria instalada **32 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✓
- Alimentador automático para escaneo **35 hojas**
- Impresión dúplex **Automática**
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x1200 ppp**

VELOCIDADES
- 23 ppm
- 5.8 ppm
- 3.7 ppm
- 7.3 ppm
- 2.7 ppm
- 7 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★
- Calidad Escaneo ★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★

Xerox Phaser 3200 MFPB

ATRIBUTOS
- Fax ✓
- Memoria instalada **64 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro fotosensible integrados ✓
- Alimentador automático para escaneo **30 hojas**
- Impresión dúplex ✗
- Resolución máxima real de impresión **1200 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x600 ppp**

VELOCIDADES
- 26 ppm
- 5.6 ppm
- 3.8 ppm
- 2.3 ppm
- 2.3 ppm
- 6.0 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★
- Calidad Escaneo ★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★

Simbología: Compatible con sistema operativo MS Windows 2000 Professional/XP/Vista •
Compatible con sistema operativo Linux•
Compatible con computadoras Apple con sistema operativo Mac OS X

Cont. multifuncionales

Samsung SCX-4300

ATRIBUTOS
- Fax ✓
- Memoria instalada **8 MB**
- Capacidad por bandeja **250 hojas**
- Tóner y cilindro foto-sensible integrados ✓
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x300 ppp**

VELOCIDADES
- 22 ppm
- 4.9 ppm
- 3.8 ppm
- 5.7 ppm
- 1.9 ppm
- 5.9 ppm

EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★
- Calidad Escaneo ★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★

Xerox Phaser 3100 MFPS

ATRIBUTOS
- Fax ✗
- Memoria instalada **32 MB**
- Capacidad por bandeja **200 hojas**
- Tóner y cilindro foto-sensible integrados ✓
- Resolución máxima real de impresión **600 ppp**
- Resolución máxima real de escaneo **600x600 ppp**

VELOCIDADES
- 22 ppm
- 3.6 ppm
- 2.1 ppm
- 2.3 ppm
- 0.4 ppm
- 2.7 ppm

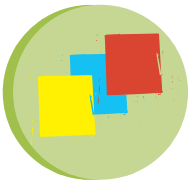
EVALUACIÓN
- Calidad Impresión ★★
- Calidad Escaneo ★★
- Calidad Copiado ★★
- Calidad OCR ★★
- Evaluación global ★★

NOTAS:
Adicionalmente, todos los modelos cuentan con:
- Puerto de conexión USB
- Bandeja para alimentación manual para papel grueso
- Resolución horizontal de impresión, copiado y escaneado de 600 ppp
- Función de reducción-ampliación para copiado
- 1 año de garantía

← Todos los modelos, excepto el **Brother DCP-7040, Hewlett Packard Laser Jet M1120** y **Samsung SCX-4300**, cuentan con conexión para red Ethernet.
← Todos los modelos cuentan con una bandeja para papel, excepto los modelos de **Sharp**, que cuentan con 2.
← El modelo **MFC-7840** de **Brother** cuenta con conexión inalámbrica Wi-Fi.

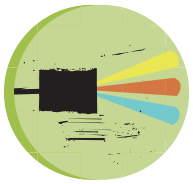
Así se imprime

Básicamente existen 3 elementos que se encargan de la impresión:



→Cartucho de tóner (es un polvo muy fino hecho a base de plástico y pigmentos que le dan su color).

→Drum, o cilindro fotosensible, al cual un haz láser marca las zonas que deberán ser impregnadas con tóner para luego transferirlo al papel.



→Fusor, que es un cilindro que a muy alta temperatura y por presión fija permanentemente el tóner sobre el papel.

Algunos equipos manejan en un solo dispositivo el tóner y el cilindro, mientras que otros manejan por separado tales elementos. Si tu equipo multifuncional es de los primeros, cada vez que se agote el tóner deberás adquirir el cartucho de recambio y listo; sin embargo, si es de los segundos, sólo deberás cambiar el cartucho de tóner cada vez que éste se agote y deberás cambiar la unidad fotosensible cada cierto número de impresiones –la mayoría de los modelos lo requieren al completar aproximadamente 18 mil páginas.

Para que tu multifuncional dure más

→ Cuando instales un cartucho de tóner, cuida de no exponerlo por mucho tiempo a cualquier luz porque puede dañarse el cilindro fotoconductor, con lo cual podrían ya no imprimirse algunas zonas del papel.

→ No lo conectes a un no break o regulador, porque éstos pueden dañarse dado el alto consumo de corriente de los equipos multifuncionales láser.

→ No uses papel diseñado para impresoras de inyección de tinta en equipos láser –como el de alta resolución o el de transferencia térmica–, porque el sistema de impresión puede dañarse.

→ Si en la hoja impresa se corre o desprende el tóner, probablemente se debe a que al imprimir el documento no especificaste el peso del papel, o el tipo de papel no es soportado por el multifuncional. El instructivo de cada equipo informa sobre el peso, acabado y tipos de papeles que soporta.

→ Pon especial cuidado al usar la cama plana del escáner –el cristal donde se colocan los documentos– para no rayarlo; si se ensucia, usa una tela especial para limpiar anteojos o lentes de cámaras ligeramente humedecida, las puedes adquirir en la mayoría de los comercios fotográficos; nunca uses jabones u otros tipos de tela.

Cuando vayas a comprar...

→ Aunque todos los modelos significan un ahorro de espacio, hay modelos que destacan por su reducido tamaño: el **MFC-7840w** de **Brother, SCX-4300** de **Samsung, MF4370dn** de **Canon, Phaser 3100MFP** de **Xerox** y **M1120MFP** de **Hewlett Packard,** los cuales además están diseñados para trabajo ligero, es decir, el máximo número de páginas que el fabricante establece que su equipo puede imprimir al mes, es de 10 mil páginas, aunque se recomienda no sobrepasar el 10 % de dicho valor.

→ Otros modelos tienen dimensiones mayores precisamente para dar cabida a charolas de salida con mayor capacidad de papel, mecanismo para impresión dúplex etc., lo que los hace más adecuados para ambientes de oficina. El modelo **ImageCLASS MF6590** de **Canon** y **AL2040CS** y **AL2050CS** de **Sharp** fueron los más grandes y pesados en nuestro comparativo.

Así les fue...

Escaneo Una calificación de Excelente significa que el texto no pierde definición, los colores son fieles a los del documento escaneado, logran disminuir aceptablemente el tramado presente en las fotos de revistas y, en general, la imagen escaneada no se percibe muy brillante o muy oscura.

Impresión y copiado En la evaluación de la impresión y el copiado de gráficas, tablas y texto, la calificación de Excelente implica que el bandeo –franjas oscuras y claras sobre el fondo de la gráfica– es mínimo o inexistente; los caracteres se imprimen correctamente, inclusive los de un tamaño muy pequeño.

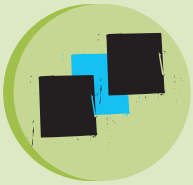
OCR Se escaneó un texto con 1414 caracteres y se contabilizó el número de alteraciones respecto al texto original), sobre el archivo generado en la computadora; las calificaciones corresponden a lo siguiente: 0 a 2 errores calificó Excelente, 3 a 6 errores calificó Bueno y 7 a 14 errores calificó Regular.

Velocidad de impresión, copiado y escaneo Se proporciona la velocidad de impresión y copiado en páginas por minuto para los tipos de documentos señalados (texto y tabla con gráficos). Para el escaneo se digitalizaron documentos tamaño carta (texto y carta de prueba con degradados a color).

Todos los valores indicados son a título informativo y pueden variar dependiendo del tipo de documento que se imprima y la configuración de impresión o escaneo.

¿Qué descubrimos?

→Diez de los 14 modelos ofrecen la función de fax.

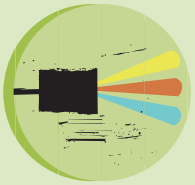


→Todos los equipos multifuncionales analizados pueden imprimir con una resolución de 300 ppp (modo rápido o borrador) y 600 ppp (modo normal) reales; algunos modelos pueden imprimir hasta 1200 ppp reales mientras que otros pueden simular una resolución de 1200 ppp logrando una mejora en la impresión, pero haciéndola más lenta.

→Al igual que la impresión de archivos, la función de escaneo de texto, tablas, imágenes, etc., requiere necesariamente del uso de una computadora en conjunto con el multifuncional.

→Todos los equipos multifuncionales analizados pueden sacar copias sin estar conectados a una computadora.

→Todos los equipos multifuncionales cuentan con controladores *(drivers)* para conectar el equipo a computadoras con sistema operativo Microsoft Windows® 2000/ XP/Vista. La mayoría ofrece también controladores para computadoras Apple con sistema operativo Mac OS X®. Seis modelos proporcionan el controlador necesario para instalar el equipo en una computadora con sistema operativo Linux (Red Hat, Ubuntu, etc.).



→Doce de los 14 modelos cuentan con un alimentador automático para escanear varios documentos de manera continua.

→En cuanto al rendimiento del tóner, en promedio el costo de imprimir una página de texto en papel de alto brillo, con una resolución normal de 600 ppp y sin habilitar la función de ahorro de tóner te costará entre 60 y 70 centavos. Si habilitas la función de ahorro de tóner e imprimes en modo borrador (muy baja resolución) el costo disminuye para quedar entre 40 y 50 centavos aproximadamente. Si imprimes gráficas y tablas con la mejor calidad de impresión, el costo por página impresa puede llegar a $1.00 o $1.15.

→Todos los equipos multifuncionales se pueden conectar a una computadora mediante un cable USB, adicionalmente la mayoría ofrece conexión Ethernet y un modelo, el **MFC-7840w** de **Brother,** ofrece conexión inalámbrica mediante una conexión Wi-Fi.

→Si requieres más información sobre este estudio, comunícate al Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, al 5544 2122 si vives en el área metropolitana de la Ciudad de México. También puedes consultar éste y otros estudios de calidad de diversos productos en nuestro sitio de Internet, visitando profeco.gob.mx.

Gráficos Mónica Miranda

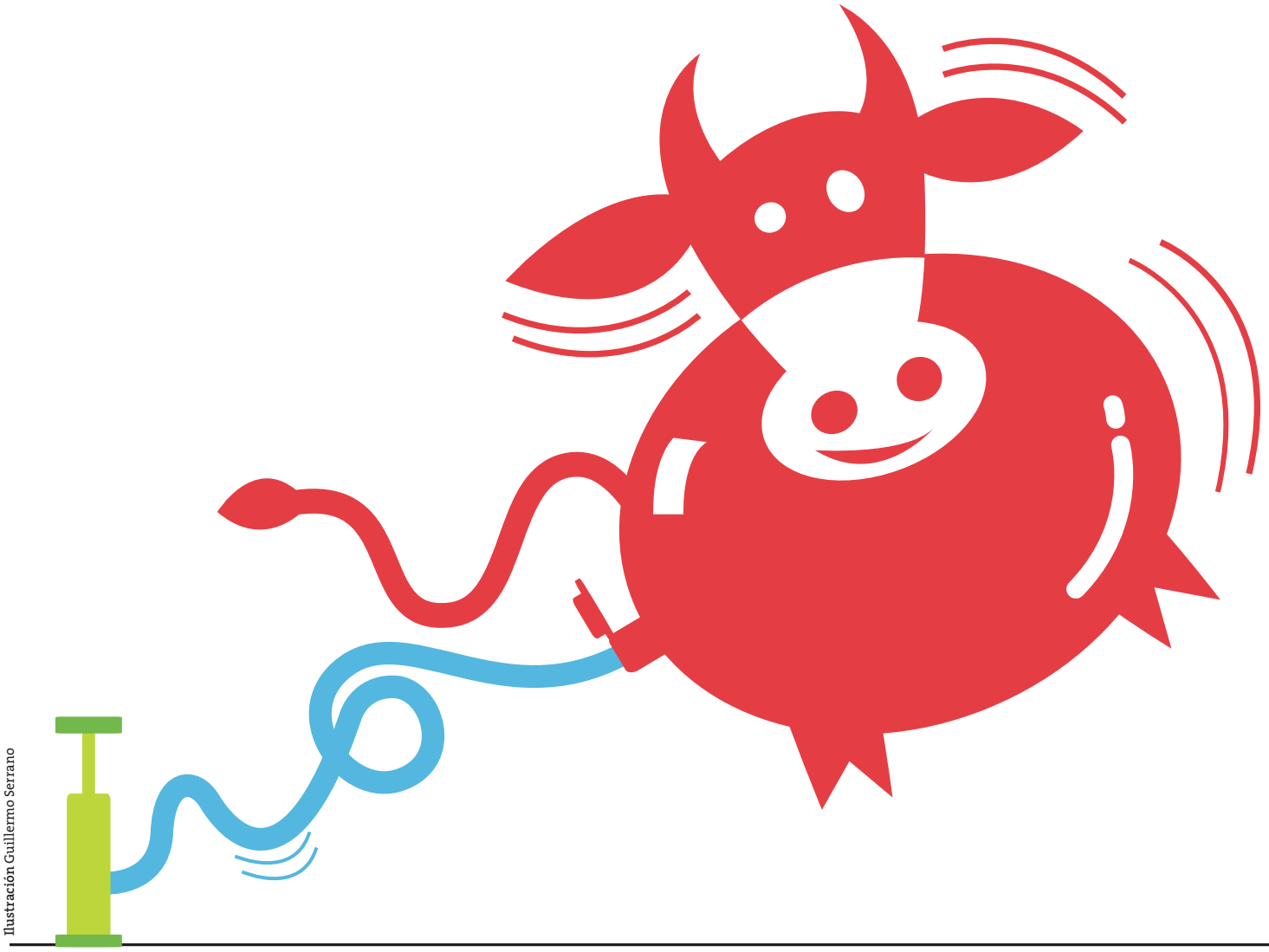


Ilustración Guillermo Serrano

Cuando la crisis financiera mundial le pega a la vida real surgen situaciones que pueden hacernos tambalear. Es momento de levantar la guardia. Estas son las respuestas a las cuestiones más comunes de la crisis económica y varias ideas extra para enfrentar la época de la incertidumbre.

Administrar bien el hogar

"Los recursos económicos son como el tiempo: la gente maneja en una agenda sus citas, pendientes y demás; con el dinero debería ser lo mismo, pero en eso nos falta una cultura enorme", opina Cecilia Meade, experta en economía familiar, y sentencia: "La gente no sabe organizar su presupuesto".

1 ¿Cómo debes organizar tu dinero?
Clasifica tus egresos mensuales. Esta es la sugerencia de Cecilia Meade para ordenar el caos financiero doméstico:
• **Gastos fijos.** Los que tienes que solventar sí o sí. Aquí entran el pago por luz, teléfono, renta, comida, créditos y gasolina, entre otros.
• **Gastos variables.** Son inesperados pero deben contemplarse, por ejemplo, enfermedades (desde una gripe hasta una pierna rota) y reparaciones (como arreglar la plancha o una gotera). Si no resulta nada, el dinero debe ahorrarse.
• **Gastos periódicos.** Los pagos obligatorios que no son mensuales: tenencia, predial, seguros, vacaciones. Divídelos entre 12 y sabrás cuánto aportar al mes.

2 ¿Puedes saber si gastas de más?
Claro. Luego de organizar tus egresos, debes llevar una contabilidad diaria o semanal de lo que gastas. Apunta en una libreta (una especie de agenda de caja)

25 SOLUCIONES PARA TIEMPOS DE VACAS FLACAS

CONSUMO INFORMADO

Una ayuda para jefes de familia abrumados

todo el dinero que sale, así los números, calculadores que son, te revelarán la verdad. "Hay personas que gastan diez pesos cuando sólo ganan nueve. La administración del hogar no se hizo para atormentar a nadie, más bien es una herramienta para conocer tu realidad y manejarla", señala Meade.

En la *Brújula de Compra* (que puedes encontrar en profeco.gob.mx) del seis de octubre de 2008, te mostramos algunos métodos para seguirle la pista a tus gastos.

3 ¿Cuáles son los gastos que debes eliminar durante la crisis?

Haz una lista de los gastos que pueden ser superfluos. Analiza si los debes...

- **Eliminar por completo.** Adiós a ese seguro que nunca solicitaste, pero que pagas cada mes con tu recibo telefónico.
- **Eliminar parcialmente.** Las comidas de los fines de semana en restaurantes ahora pueden hacerse una vez al mes.
- **Sustituirlos.** Ir todos al cine es carísimo. Renta una película que pueda disfrutar toda la familia en casa.

4 ¿Qué gasto debes defender con todo?

De acuerdo con Cecilia Meade, coautora del libro *Cuando el dinero nos alcance,* después de las necesidades básicas, las colegiaturas son el primer rubro a proteger: "La prioridad es la educación de los hijos, porque a lo mejor no les dejamos otra cosa. Pero si ese pago implica que la familia deje de comer, es momento de buscar otra alternativa escolar".

5 ¿Por qué no logras ahorrar?

Porque no ordenas tus egresos ni controlas tus gastos. La gente que sabe cuánto gasta renglón por renglón, normalmente llega a la cúspide de la administración del hogar: el ahorro.

6 ¿Hay que llenar la despensa antes de que todo suba?

Atiborrarse de productos perecederos, como son casi todos los de la despensa, puede traer como consecuencia un gran desperdicio de alimentos. Lo mejor es comprar lo que se necesita cada mes. Estas son algunas sugerencias de la *Brújula de Compra* para cuando salgas por la despensa:

- Elabora una lista de víveres y divídela en: "Lo que no se tiene" y "Lo que está por acabarse" (por si está en oferta y puedes comprarlo).
- Evalúa si lo que no está en la lista realmente es necesario.
- No tomes como indicativo de buen precio los carteles de gran tamaño.
- Compara el precio unitario (kilo o litro) y no sólo el precio por empaque.
- Procura ir después de comer para que evites compras por impulso.

Ser muy cauteloso con las finanzas

Nadie tiene certeza de cuándo pasará la tormenta, pero por lo pronto las opiniones de los expertos nos sugieren cautela: "No se esperan catalizadores que motiven un crecimiento para nuestra economía durante este año. En general es un panorama poco alentador en materia económica", considera Marisol Huerta, analista del sector consumo de Actinver Casa de Bolsa.

7 Tienes dinero ahorrado. ¿Qué es lo mejor que puedes hacer con él?
No lo saques del banco, tu dinero está seguro. En México existe el Instituto de Protección al Ahorro Bancario, mecanismo que garantiza recuperar tus ahorros (hasta cierto monto) en el remoto caso de que tu banco quiebre. Por otro lado, también existen las inversiones, una buena opción en estos tiempos, de acuerdo con la analista financiera Marisol Huerta: "La mejor estrategia es invertirlo. Bajo estos instrumentos de inversión se logran mejores beneficios que tenerlo bajo el colchón". Busca las opciones que mejor rendimiento te darán a mediano y largo plazo.

8 ¿Es buen momento para obtener un crédito automotriz o de vivienda?
Responde Juan Sebastián Musi, director de banca patrimonial e institucional de Prudencial Bank: "Si las condiciones del crédito son las mismas que en 2008 y es a tasa fija, podría ser un buen momento para adquirir una casa (ya que puede ser más barata) o un auto, si éste te va a hacer más productivo. Esto, claro, si tienes capacidad de pago. Pregunta por el CAT (Costo Anual Total) y no te vayas con la finta de las tasas de intereses solamente", ya que podrías acabar pagando más de lo que calculaste en un principio.

9 ¿Qué pasa con tu crédito hipotecario si pierdes tu empleo?
En el caso del Infonavit, sus créditos cuentan con un seguro de protección que ampara al trabajador con seis mensualidades de pago en caso de que éste pierda su trabajo. Pregunta si en tu banco o institución cuentan con algún seguro similar y de no ser así, manifiesta tu problema para renegociar.

10 Los intereses de la tarjeta te asfixian. ¿Qué debes hacer?
"En cuanto a deudas, trata de pagar y de bajarlas lo más posible. Si no puedes, acércate a tu banco, muestra voluntad de pago, y reestructura", aconseja Juan Sebastián Musi. Marisol Huerta coincide en el consejo para las personas que se dejaron atrapar por el torbellino de las ofertas a meses "sin intereses" que ahora los asfixia: "Afortunadamente, los bancos en el país están flexibilizando sus políticas de cobro. Acude a tu banco, te ofrecerá estrategias interesantes para reestructurar tu deuda".

11 ¿Te pueden amenazar para cobrarte algún adeudo?
No. Los acreedores tienen derecho a cobrar su dinero, pero no pueden incurrir en conductas intimidatorias. Así que no te espantes, eso de que te van a embargar no puede hacerlo un despacho de cobranza. Además, es una de las últimas acciones a la que recurren porque les significa pérdidas económicas. Mejor acércate para renegociar tu deuda.

12 ¿Es buena idea comprar a meses sin intereses?
Sí, pero con cuidado. Si la tarjeta de crédito se va a usar como se debe, esto es, sólo como un sustituto del efectivo, puede ser una buena herramienta. De ser así, lo mejor es pagar el total del crédito cada mes para que no se convierta en un problema sistemático. Entre más meses, más tardas en liquidar la deuda.

Cómo cuidar tu chamba en época de crisis (Decálogo del buen oficinista)

1 Te levantarás temprano	2 Desayunarás en casa	3 No chatearás	4 No flirtearás	5 Colgarás a tu amado(a)
"¡Uff, el tráfico está horrible!" De acuerdo con las estadísticas más confiables, este pretexto pierde toda su efectividad si se utiliza más de una vez a la semana.	Todo el edificio tiene identificados a los "listos" que llegan, checan y se salen a desayunar. El horno no está para que te escapes a almorzar bollos, mejor ahórrate ese dinero y prepárate algo en casa.	"Me a(burro)". "yo tbn". Fácil: ¡ponte a trabajar! Tomar ritmo de trabajo desde el primer minuto del día es el mejor antídoto para evitar las garras del messenger.	Sí, todas se ríen contigo en la oficina. Entendemos que la popularidad requiere sacrificios, pero tú sacrificas toda la mañana.	Tú crees que no, pero tus peleas y reconciliaciones amorosas por teléfono tienen más *raiting* que la telenovela que ve la señora de la limpieza. Deja de pedir besito tronado y comienza con esa montaña de pendientes.

Resistir el desempleo

"El incremento de profesionistas que registran su currículum con nosotros se incrementó 44% en enero de 2009, con respecto al mismo mes del año anterior", comenta Edgar Arreola, director de mercadotecnia y publicidad de OCC Mundial, "la bolsa de trabajo líder en México".

13 ¿Tienes derecho a una liquidación?
Sí, siempre y cuando la relación laboral se haya terminado por causas ajenas a ti.

14 ¿Puedes recibir liquidación si estabas trabajando por honorarios?
Es tu derecho. Joaquín Blanes, titular de la Procuraduría Federal de la Defensa del Trabajo, explica: "Independientemente del origen, si existe la prestación de un trabajo personal subordinado fijo de una persona a otra, se trata de una relación de trabajo"... La cual debe cumplir requisitos: lugar de trabajo, contraprestación y horario fijos.

15 ¿Qué conceptos debes cobrar?
La liquidación incluye tres meses de salario, aguinaldo, vacaciones, prima vacacional y prima de antigüedad.

16 ¿Qué hay con las utilidades?
Tienes derecho a una la parte proporcional, pero, podrás exigirlo hasta la fecha en que la empresa paga esta obligación anual.

17 ¿Y si no quieren darte tu liquidación?
A la Procuraduría Federal de la Defensa del Trabajo, donde te brindarán asesoría, conciliación y representación jurídica. En el Distrito Federal, llama al 5134 9800, o larga distancia sin costo al 01 800 717 2942.

18 ¿Cómo administrar tu liquidación?
Regula tus gastos. Por ejemplo, si al final te dieron el equivalente a cuatro meses de sueldo, lo ideal es que procures que te dure para un 50% más, es decir, tu liquidación debe rendirte para medio año sin trabajar.

19 ¿Cuántos meses te quedan restantes de servicio médico?
Uno de los puntos del Acuerdo Nacional en favor de la Economía Familiar y el Empleo, que presentó el presidente el pasado mes de enero, plantea que todo derechohabiente del IMSS contará con seis meses más de servicio médico después de la fecha de despido.

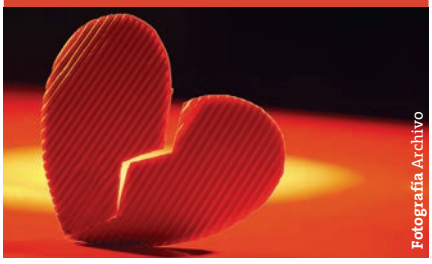
20 ¿Qué hacer con tu tiempo libre?
La competencia laboral en época de crisis se multiplica. Si tienes la fortuna de vivir tranquilo un buen tiempo sin trabajar, prepárate: la titulación, una maestría o algún diplomado te serán de gran utilidad para reintegrarte al mercado laboral.

Reservas de amor

Cuando el mal tiempo financiero azota la puerta, el amor, asustadizo que es, inicia el camino hacia la ventana. "Los problemas relacionados con el dinero son la segunda causa de divorcios en México", asegura Cecilia Meade, experta en economía familiar.

Pues sí, los contratiempos económicos no necesitan soluciones emocionales, es por eso que los números son fríos. Estas son algunas sugerencias de Cecilia Meade para que la crisis no brinque de la cartera al corazón:

- La vida en pareja es como manejar una empresa: para que funcione, para que no quiebre, se debe trabajar en conjunto: dense tiempo para sentarse y analicen por escrito sus ingresos y los egresos.
- Hablen abiertamente de sus planes y deseos para que puedan llegar a acuerdos y equilibrios.
- Tengan cuidado en cómo comunican las cosas. Eviten reproches o acusaciones.
- No desayunen, coman y cenen crisis.
- No desechen las celebraciones. Tal vez no puedan regalar joyas en el aniversario de bodas, pero siempre pueden tener un detalle para el otro.


Fotografía Archivo

6 No te confiarás
Esa añeja amistad y próximo compadrazgo con tu jefe, no son ninguna garantía. Poco podrá hacer él si le ordenan despedirte por tu nula productividad.

7 Dejarás de cobrar
Acéptalo, encontrar a tus deudores en su escritorio es cada vez más difícil. Deja de perder tiempo: mejor espéralos a la salida para que nadie se te escape.

8 No pelearás
Estamos de acuerdo: el reggaetón es lo peor que se ha inventado después del duranguense (¿o fue al revés?), pero a Juanita, la secretaría, le gustan las dos. Pídele con toda diplomacia que le baje al volumen o que de plano se ponga audífonos.

9 Mostrarás disposición
Deja de anteponer los santificados logros sindicales cuando te piden trabajar tiempo extra. Es momento de solidarizarse con la empresa.

10 Trabajarás duro
El barco necesita nuevas ideas para no naufragar. Haz propuestas de ahorro, diseña nuevos proyectos productivos, señala malas costumbres. Cuando salgamos de la tormenta podrás exigir tu recompensa.

10 estrategias que, por ser obvias, **olvidas con facilidad**

1. ¿Cuántos años tienes con esa tarjeta de descuentos que nunca usas? Es momento de exprimirle hasta el último peso que invertiste en ella.
2. Evita el derroche: de nada sirve tener diez moldes de repostería (bien bonitos, pero bien guardados), cuando sólo haces dos pasteles año.
3. Las tiendas te van ofrecer compras a 2,025 meses sin intereses para que no sientas que en realidad haces un desembolso. Lo mejor es procurar no endeudarse.
4. Aprovecha todos los descuentos: de la tarjeta de débito y crédito, de los volantes con publicidad y hasta los cupones de la *Sección Amarilla*.
5. Aunque en el Acuerdo Nacional en favor de la Economía Familiar y el Empleo se estableció reducir en 10% el costo del gas LP y se congeló el precio de la gasolina, no está demás ahorrar en los gastos fijos. En la *Revista del Consumidor* de diciembre te dijimos cómo hacerlo.
6. Vende todo lo que no usas y sólo tienes guardado en los mercados de segunda mano en Internet.
7. Cuidado con el gasto marabunta. Haz cuentas de cuánto gastas en chicles y propinas al mes. Esos pequeños gastos diarios pueden devorar tu presupuesto.
8. Cuida mucho tu salud, enfermarse sale muy caro.
9. Busca artículos de menor precio: las marcas propias generalmente ofrecen descuentos hasta de un 20%.
10. Sigue leyendo cada mes la *Revista del Consumidor*.

Buscar un nuevo empleo

Si te despidieron lo primero que debes saber es... no hay tiempo de lamentarse, levanta la frente y mantén la serenidad. Puede tomar algo de tiempo pero, créenos, vas a estar bien.

El mayor reto al que nos enfrentamos los consumidores mexicanos ya está aquí. Una magnífica forma de afrontarlo es aprender desde ahora la gran lección que nos dejará la crisis: hay que aprender a ahorrar, comprar y gastar.

21 ¿Existen oportunidades de conseguir empleo en época crisis?

Según Edgar Arreola, existen oportunidades de empleo a lo largo de todo el país: "En occmundial.com contamos con alrededor de 50 mil vacantes disponibles de más de 17 mil empresas registradas. Hay grandes posibilidades de encontrar una mejor opción de empleo para la mayoría de las disciplinas laborales".

22 ¿Dónde buscar?

En la mayoría de los casos, lo más efectivo es hacer uso de tus relaciones personales, así que comunica a tu entorno que buscas trabajo. Otra buena opción es la búsqueda en línea: los reclutadores prefieren este tipo de contacto porque los motores de búsqueda les permiten hacer filtraciones por rangos de edad, experiencia y especialización. Existe un buen número de bolsas de trabajo en la red.

23 ¿Qué no debes hacer al momento de buscar trabajo?

- Olvidar hacer un análisis de ti mismo para identificar tus intereses, para qué eres bueno y los punto débiles o áreas de oportunidad.
- Buscar empleo en una disciplina o mercado distinto a tu experiencia o intereses.
- Descartar oportunidades de trabajo sin tener toda la información de la empresa y el puesto.
- Mentir durante la entrevista.

24 ¿Cómo debes preparar tu currículum vítae (CV)?

- **Hazlo simple.** No lo satures de datos irrelevantes. Durante la entrevista puedes ampliar la información.
- **Enfócate en tus logros**. Utiliza verbos activos, como conseguí, creé, administré, alcancé, fui responsable de...
- **Ordénalo.** Comienza con tu empleo

La crisis, como la bonanza, no es eterna

Incertidumbre es la palabra clave en el manejo que se le ha dado a la crisis no sólo en México, sino en todo el mundo: ¿quién la generó? ¿Ya pasó lo peor? ¿Cuándo se acabará? Nadie lo sabe con certeza. Lo que nos queda son pronósticos. En primer lugar se dice que no se espera un crecimiento para nuestra economía durante este año. "La economia se va a contraer entre 1 y 1.3%", asegura Juan Sebastián Musi, director de banca patrimonial e institucional de Prudencial Bank. El 80% de nuestros intercambios comerciales son con Estados Unidos, el país de donde nos llega el 70% de la inversión extranjera y que quizá es el que más problemas financieros tiene que enfrentar.

El panorama en materia económica es poco alentador, sí, pero no para siempre: "Para México, el mayor impacto de la crisis se tendrá en la primera mitad del año. El primer trimestre suena como el más drástico", señala Marisol Huerta, analista del sector consumo de Actinver Casa de Bolsa, quien espera que el Segundo semestre sea menos dramático gracias a los programas de apoyo que impulsan el gobierno mexicano y el de Estados Unidos.

Por su parte, Juan Sebastián Musi retoma el optimismo y estima que "podríamos empezar a ver mejores mercados a partir de la segunda mitad de 2009 y podríamos ver crecimiento en el ultimo trimestre".

¿Pero qué pasa en la vida real, en las casas de los consumidores? Cecilia Meade, experta en economía familiar, opina: "Difícil sí va a estar, pero podemos verlo como una oportunidad en muchos sentidos. Los mexicanos ya tenemos experiencias en crisis y eso nos tiene que ayudar". Y es que si de apretarse el cinturón se trata, en México tenemos la dudosa fortuna de acumular varias horas de vuelo entre turbulencias financieras. "Tenemos ventaja en comparación con otros países para quienes esto es algo completamente nuevo", afirma Cecilia Meade. Para la maestra en educación familiar por la Universidad de Navarra, España, este es un gran momento para aprender a vivir con sobriedad, lo que no está peleado con la buena vida, es decir, se trata de gastar en lo que se debe y anteponer lo que realmente es necesario: "Es una oportunidad para ser muy creativos, a veces a la gente le falta creatividad para suplir cosas más con la imaginación, el buen gusto y el cariño, que con gastos".

El mayor reto al que nos enfrentamos los consumidores mexicanos está aquí y una buena forma de afrontarlo es aprender desde ahora la gran lección que nos dejará la crisis: "El ahorro. Hay que aprender a ahorrar, y es hoy un buen momento para sacar provecho. La situación nos hará ver lo importante que es saber comprar y gastar", comenta Marisol Huerta.

Décalogo para tener finanzas sanas

1 Prioriza tus necesidades para comprar lo que realmente necesita tu familia.

2 Compara precio y calidad. Aprovecha la competencia entre proveedores.

3 Haz un gasto consciente y evita las compras por impulso.

4 Utiliza el crédito a tu favor, no adquieras deudas que no puedas pagar.

5 Paga a tiempo tus deudas para evitar el pago de intereses.

6 Reduce deudas a fin de no destinar más de 25% de tus ingresos mensuales a pagarlas.

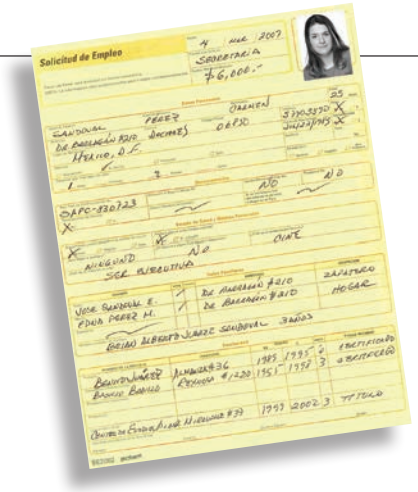
7 Analiza tus finanzas familiares con objeto de elaborar un presupuesto que te permita cumplir tus metas.

8 Establece metas realistas para que puedas identificar los deseos posibles.

9 Elabora un plan de gastos con la finalidad de ajustar tus desembolsos.

10 Ahorra y así obtendrás un mejor provecho de tus ingresos en el futuro.

Encuentra el detalle de cada uno de los puntos de este decálogo y mucha más información sobre cómo organizar tus ingresos en la *Brújula de Compra* de Profeco. Búscala en profeco.gob.mx



actual o último y termina con el primero. Incluye una breve descripción de cada uno y destaca los logros obtenidos.

• **Adáptalo.** Enfatiza tu experiencia laboral en los aspectos acordes al puesto que estás solicitando. Los reclutadores reconocen a kilómetros de distancia un CV que es utilizado de forma general.

• **Sé honesto.** Añadir seis meses al tiempo que trabajaste en una empresa puede parecer buena idea, pero en cuanto descubran la verdad perderás el empleo.

• **Suple la experiencia.** Si tienes menos de dos años en el mercado laboral, dale importancia a tus logros universitarios.

• **Fácil de leer.** El reclutador necesita encontrar la información clave de forma rápida. El uso de viñetas te ayudará a destacar tus logros.

• **Asegúrate de no tener ni un error ortográfico.** Éstos pueden llevar tu CV directo al bote de la basura.

25 La entrevista de trabajo: ¿cómo dejar la mejor impresión?

Eventualmente te encontrarás a ti mismo en una entrevista, no la desaproveches.

• Investiga lo más que puedas sobre la empresa (Internet es clave): con propuestas en mano no llegarás a pedir empleo, sino a decirles por qué tienen que contratarte.

• Seguro te preguntarán de tu despido, lo mejor es presentar la historia sin dar mayores detalles. No mientas, aunque tampoco olvides que decir menos no tiene nada de malo.

• Menos es más, así que trata de poner énfasis en tus habilidades y los beneficios que puedes generar en la empresa. No te pierdas en detalles innecesarios.

• Siéntate derecho. No al borde de la silla (porque muestras inseguridad) ni demasiado relajado (falta de respeto).

• Analiza los resultados: estar consciente de tus puntos fuertes y débiles te servirá para una segunda entrevista o para próximas en otras empresas.

• Recuerda que ahora tu trabajo es buscar trabajo: no alargues los plazos para empezar la búsqueda, prepara tus entrevistas, estudia cuáles son las ramas económicas que aprovechan la crisis y busca opciones en las que más se asemejen a tu perfil.

Los derechos de los niños

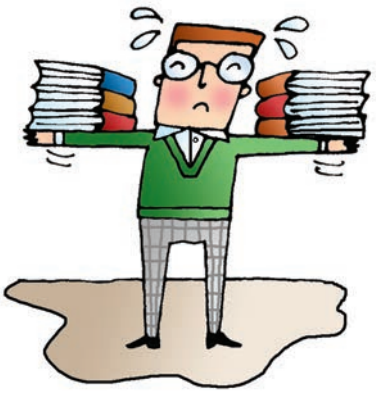
SOPA especial

En este mes del niño te recordamos que los pequeños como tú tienen derechos que les aseguran una infancia feliz y agradable. Encuéntralos en el plato de esta sopa de letras, la única con la que puedes jugar sin hacer enojar a tu mamá.

Muchas personas de distintos países trabajan para que los niños del mundo estén bien cuidados, tengan un hogar y comida suficiente, acudan a la escuela, puedan jugar y expresar con libertad lo que piensan, y nadie les haga daño o maltrate. Por eso crearon un documento en 1989 (tú aún no habías nacido) al que llamaron Convención sobre los Derechos del Niño, para asegurar que cada pequeño tenga una niñez adecuada, justa y feliz.

Para conocer todos los derechos que te corresponden por ser niño, sólo tienes que buscarlos entre una gran revoltura de letras. ¡Sigue las instrucciones!

1 Educación
En nuestro país la primaria y secundaria públicas son gratuitas y obligatorias para todos los niños. Nadie en la escuela puede imponerte castigos indignos o que sean humillantes.



2 Familia y hogar
Tus papás o las personas que te cuidan deben protegerte, respetarte, satisfacer todas tus necesidades y transmitirte valores escenciales como el afecto, la honestidad y la solidaridad.

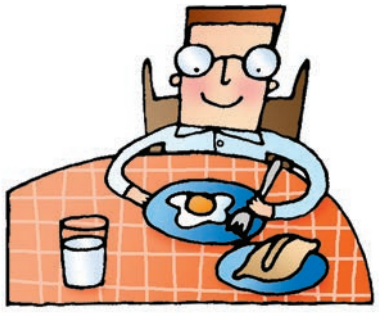
3 Salud
Desde que eres bebé puedes recibir vacunas gratuitas para evitar enfermedades. Tienes derecho al acceso a los servicios de salud y a recibir atención médica cuando sea necesario.

4 No trabajar
Nadie debe obligarte a realizar trabajos que afecten tu salud o interfieran con tu desarrollo y educación. Nuestras leyes establecen las edades adecuadas para que comiences a trabajar.

5 Ser escuchado
Puedes decir lo que piensas y sientes, así como escribir, dibujar y expresar lo que tú quieras, siempre y cuando no afectes los derechos de otros niños o personas. Si quieres decir algo, ¡adelante!

6 Tener nombre
Al nacer tienes derecho a recibir un nombre, una nacionalidad, a que tus padres te cuiden o que el estado se haga cargo de ti al faltar ellos.

7 Alimentación diaria
Tienes derecho a recibir todos los días alimentos suficientes y adecuados que te permitan crecer sano y fuerte.



8 No ser discriminado.
Tú mereces el mismo trato que todos los demás niños, sin importar el color de tu piel, si eres niña o niño, pobre o rico, el lugar donde naciste, la religión que practicas, si tienes capacidades diferentes o por la situación de tus padres o tutores.

9 No ser maltratado
Nadie debe maltratarte de forma física o emocional, ni alejarte de tu familia por la fuerza o a escondidas, y mucho menos obligarte a hacer cosas inapropiadas o fuera de la ley.

10 Paz y libertad
Como niño, estás protegido por las leyes de nuestro país para no participar en guerras. Si la violencia te afecta, tienes derecho a recibir protección y cuidados especiales para que nada te suceda.

¡También tienes obligaciones!

Así como tienes derechos, también tienes una serie de obligaciones, entre éstas:

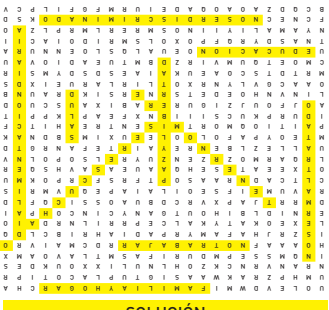
- Ser respetuoso con todas las personas, con su manera de pensar, y no discriminarlas.
- Esforzarte por aprender en la escuela y cumplir con todas tus tareas académicas.
- Participar en las labores para conservar tu casa limpia y en orden.
- Comer frutas y verduras, mantener tu manos limpias y obedecer las indicaciones de mamá para no enfermarte o sufrir accidentes.
- No participar en actos violentos como peleas y ofensas hacia otros.
- Evitar acercarte a desconocidos e ir a lugares sin avisar a tu familia.

U O L E V D W M I F A M I L I A Y H O G A R C H A
U M H P Z R A K W A A S I G T U P L A C O T I P R
N R A N V R N C K Z O H L N U L I X X O U K D E S
I N Q M S S E P M D U R I F A S M T L A V O A M X
H O A A A F N O T R A B A J A R R D C M A I V R O
I S Z R J H A F A M Y R P A D I A H R I B C L D Q
L E X E O K A T Y K A L C E P R R I L N R D A I O
E R N I D L B I H O U T G A N Y C I N C O H P A I
D M R R T J A P X V R C D B U A O S S I C Q F L D
R A V U M E I F S E O I L A I A P E Q U V M R I S
C L T C A D N R A A S O P T F R S F C R P O K M U
O T X E E A T E S E H Q A A U E A S A V H S Q E R
L R Q A R M O Z R Z E N Z U Y R E L S O P O L N V
U A L L E Z L B E N R E Y A I R T E F A N R G T D
M T E O Y P A F O L O O L E E U X I M S B D N A K
P A I T I O Q M O R T M I S E N T R E A H I T C F
I D U R P K U C S I I I B N X F E A P L K P P I T
A O J F O U J Z I G U R E R A B I X A U S C U O D
L I N V N H O E D E T S R N E R S I K D R A U N B
O A A C G V L Y N R X O T L I R L A R U E I X D S
M R T D T S C O A E U K A I A E S D S D Y M S I R
C M O E T Q U M V I R Z D B M T U E A D I O V A U
U E D U C A C I O N O E U A L Q S L O E N N U R A
T N A S D Y R Q F P O X O L S M R I D O I A C I I
N Y A M A L I Y I I N O S M R E R L M R P L Z A O
F C N E C N O S E R D I S C R I M I N A D O K S D
B C Q D Z A O A O Q A D E I U R M F G F I L P C V

Instrucciones

- En esta rica sopa de letras se encuentran ocultos 10 de tus principales derechos. ¿A poco creías que por ser chiquito no los tienes? Descúbrelos, memorízalos y menciónaselos con firmeza a cualquier persona que trate de abusar de ti.

- No hay límite de tiempo, pero entre más pronto encuentres las 10 palabras, mucho mejor. **Utiliza un lápiz o bolígrafo para circular tus derechos.**



SOLUCIÓN

Gráficos Mónica Miranda

TUS LAZOS CON PROFECO

Estos son los distintos canales y servicios que ofrece la Procuraduría Federal del Consumidor para cumplir con su misión a lo largo y ancho de la República.

Internet

profeco.gob.mx

BRÚJULA DE COMPRA
Análisis de precios, estudios comparativos e información indispensable para el consumidor inteligente.

ALERTAS AL CONSUMIDOR
¿Qué productos y servicios suponen un riesgo para los consumidores?

ENCUESTAS Y SONDEOS
Descarga los estudios de hábitos de consumo que realizamos gracias a tu participación.

CONCILIANET
Presenta tu queja en línea.

BURÓ COMERCIAL
Te decimos qué empresas tienen quejas, procedimientos o contratos de adhesión registrados ante **Profeco.**

REGISTRO PÚBLICO DE CONSUMIDORES
Inscribe tu número telefónico; así evitarás el acoso de promociones indeseadas.

QUIÉN ES QUIÉN
...En los precios, en el envío de dinero, en las gasolineras, calculadoras, etc. Aquí, los datos clave para hacer la mejor elección.

ecovehiculos.gob.mx

En este micrositio encontrarás información sobre la eficiencia energética de los vehículos y sus características técnicas; de esta manera, serás capaz de tomar una decisión informada al momento de comprar. De paso, disminuirás tus gastos de combustible y contribuirás a la mejora del medio ambiente.

youtube.com/profecotv

Busca nuestro contenido exclusivo para Internet en el canal oficial de **Profeco** en YouTube. Consejos y recomendaciones que te ayudarán a ahorrar y a saber más sobre los servicios que **Profeco** te ofrece.

TELÉFONO DEL CONSUMIDOR

5568 8722 (DF y zona metropolitana)
01800 468 8722
(resto del país)

REGISTRO PÚBLICO DE CONSUMIDORES

La privacidad es tu derecho

9628 0000 (DF, Guadalajara y Monterrey)
01800 468 8722
(resto del país)

PROCITEL

Programa de citas por teléfono

5568 8722 (DF y zona metropolitana)
01800 468 8722
(resto del país)

asesorías

En **asesoria@profeco.gob.mx** entras en contacto directo con especialistas jurídicos.

OFICINAS CENTRALES

Av. José Vasconcelos 208, colonia Condesa, delegación Cuauhtémoc, México, DF.

Centro de Documentación Profeco (Cedoc)

El lugar donde puedes obtener toda la información para hacer un consumo inteligente.

DELEGACIONES Y SUBDELEGACIONES PROFECO

AGUASCALIENTES
Juan de Montoro #103, Col. Centro, CP 20000, Aguascalientes.

BAJA CALIFORNIA
Guadalupe Victoria #9440,edificio Daroca, a espaldas de Plaza Fiesta. Col. Zona del Río, CP 22320, Tijuana.
Subdelegación: Av.Pioneros #1005, Palacio Federal, Col. Centro Cívico, CP 21000, Mexicali.

BAJA CALIFORNIA SUR
Jalisco #s/n, esq. Francisco I. Madero, Col. Pueblo Nuevo, CP 23060, La Paz.

CAMPECHE
Av.16 de Septiembre s/n, Palacio Federal, primer piso Col. Centro, CP 24000, Campeche.

CHIAPAS
Circunvalación Tapachula #844, Col. Moctezuma, CP 29030, Tuxtla Gutiérrez.
Subdelegación: Octava Avenida Sur #46, entre 2a y 4a Poniente, Col. Centro, CP 30700, Tapachula de Córdoba.

CHIHUAHUA
Benjamín Franklin #3220, Centro Com. Plaza de las Américas loc.7-a, Col. Anillo Envolvente del Pronaf, CP 32315, Cd. Juárez.
Subdelegación: Ramírez #2007, esq. Calle 22, Col. Pacífico, CP 31030, Chihuahua.

COAHUILA
Blvd. Venustiano Carranza #2879, (a un lado del "Sat"), Col. La Salle, CP 25240, Saltillo.
Subdelegación: Av. Matamoros #1285 Pte, Col. Centro, CP 27000, Torreón.

COLIMA
José Antonio Torres #402, esq. Av. Rey Coliman, Col. Centro, CP 28000, Colima.
Subdelegación: Balbino Dávalos #54, esq. Carrillo Puerto, Col. Centro, CP 28200, Manzanillo.

DISTRITO FEDERAL
Centro (delegaciones políticas: Benito Juárez, Coyoacán, Cuauhtémoc): Dr. Carmona y Valle #11, 4to y 5to piso, Col. Doctores, CP 06720.
Norte (delegaciones políticas: Azcapotzalco y Gustavo A. Madero): Av.Cuitláhuac #110, Col. Héroes de Nacozari, CP 07780.
Oriente (delegaciones políticas: Iztacalco, Iztapalapa y Venustiano Carranza): Lerdo #53, 2do piso, Col. Barrio San Pablo , CP 09000.
Poniente (delegaciones políticas: Álvaro Obregón, Cuajimalpa, Magdalena Contreras, Miguel Hidalgo): Toltecas #23, esq, Calle 10 Col. San Pedro de los Pinos, CP 01180.
Sur (Milpa Alta, Tláhuac, Tlalpan y Xochimilco): Periférico #5323, Col. Isidro Favela, CP 14030.

DURANGO
Zaragoza #110 sur, Col. Zona Centro, CP 34000, Victoria de Durango.

ESTADO DE MÉXICO
Naucalpan: Avenida 3 #47, entre Avenida de las Torres y Blvd. Toluca, Col. Fraccionamiento Industrial Naucalpan, CP 53370.
Nezahualcóyotl: Cucaracha #293, esq. Gustavo Baz, Col. Benito Juárez, CP 57000.
Tlalnepantla: Mario Colín #56, Col. Centro, CP 54000.
Toluca: Santos Degollado #103 (enfrente del Cosmovitral), Col. Centro, CP 50000.
Ecatepec: Av. Han González #50, Mza. 44, pasillo 29 (Center Plaza Ecatepec), Col. Valle de Anáhuac, CP 55210.

GUANAJUATO
5 de Mayo #341, Col. Obregón, CP 37320, León de los Aldama.
Subdelegación: Av. Guerrero #1385, esq. Fco. Sarabia, (a una cuadra del estadio), Col. Moderna, CP 36690, Irapuato.

GUERRERO
Av. Costera Miguel Alemán #304, Col. Centro, CP 39300, Acapulco de Juárez.
Subdelegación: Av. Vicente Guerrero #112, Col. Centro, CP 40000, Iguala de la Independencia.

HIDALGO
Artículo Tercero #113, Col. Fraccionamiento Constitución, CP 42080, Pachuca de Soto.

JALISCO
Marsella #49, 2do piso, Sector Juárez, Col. Americana, CP 44160, Guadalajara.

MICHOACÁN
Blvd. García de León #1908, Col. 5 de diciembre, CP 58280, Morelia.

MORELOS
Av. Atlacomulco #76, antes 202, Col. Acapantzingo, CP 62440, Cuernavaca.

NAYARIT
Av. México #142 sur, Col. Centro, CP 63000, Tepic.

NUEVO LEÓN
Av. Profesor Moisés Sáenz #602, Col. Mitras Centro, CP 64460, Monterrey.

OAXACA
Heroico Colegio Militar #1109, planta alta, Col. Reforma, CP 68050, Oaxaca.

PUEBLA
19 Sur #506, desp. 103, Col. La Paz, CP 72160, Heroica Puebla de Zaragoza.

QUERÉTARO
Av. Constituyentes #102, Ote. PB, Col. Quintas del Márquez, CP 76047, Santiago de Querétaro.
Subdelegación: Ignacio López Rayón #23, Col. Centro, CP 76800, San Juan del Río.

QUINTANA ROO
Av. Coba #9 y 11, Supermanzana 22, frente al Seg. Social), Col. Centro, CP 77500, Cancún.
Subdelegación: Av. Nápoles #219, esq. Venustiano Carranza, Col. Italia, CP 77035, Chetumal.
Subdelegación: Av. Juárez por 45 Sur, local #7 (interior Plaza Papagallos), Col. Centro, CP 77710, Playa del Carmen.

SAN LUIS POTOSÍ
Basalenque #113, entre Cuauhtémoc y Carranza, Col. Jardín, CP 78270, San Luis Potosí.

SINALOA
Blvd. Francisco I. Madero #744 Pte, Col. Centro, CP 80000, Culiacán de Rosales.

SONORA
Oaxaca #150 poniente, esq. Escobedo, Edificio San Enrique Col. Centro, CP 83000, Hermosillo.
Subdelegación: Chihuahua #169 Sur, entre Guerrero e Hidalgo, Col. Centro, CP 85000, Ciudad Obregón.

TABASCO
Nicolás Bravo #102, tercer piso, esq. Hidalgo (edificio Pastrana), Col. Centro, CP 86000, Villahermosa.

TAMAULIPAS
Juan B. Tijerina #925, Col. Centro, CP 87000, Ciudad Victoria.
Subdelegación: Av. Diagonal Cuauhtémoc #1003, entre 17 y 18, Col. Centro, CP 87300, Matamoros.
Subdelegación: Héroe de Nacataz #3502, planta alta, esq. Obregón, Col. Centro, CP 88000, Nuevo Laredo.
Subdelegación: Blvd. Morelos #475 esq. Rep. de Argentina, Col. Anzalduas, CP 88630, Reynosa.
Subdelegación: Av. Hidalgo #5004, primer piso, Local 1, Col. Sierra Morena, CP 89210, Tampico.

TLAXCALA
Calle 33 #203, Col. Loma Xicohtencatl, CP 90070, Tlaxcala de Xicohtencatl.

VERACRUZ
Av. Salvador Díaz Mirón #2880, esq Salubridad, Col. Fraccionamiento Moderno, CP 91918, Veracruz.
Subdelegación: Av. Campeche #104, esq. Independencia, Col. Petrolera, CP 96500, Coatzacoalcos.
Subdelegación: Cánovas #2, Col. Centro, CP 91000, Xalapa.

YUCATÁN
Calle 49 #479-A, entre calles 54 y 56, Col. Centro, CP 97000, Mérida.

ZACATECAS
Fernando Villalpando #214, Col. Centro, CP 98000, Zacatecas.

EL TURNO DE

DANIEL GIMÉNEZ CACHO, CONSUMIDOR

Actor superdotado y tenaz impulsor del teatro, ha dejado huella en un horizonte memorable de películas, desde *Sólo con tu pareja* (1991) a *Arráncame la vida* (2008). Pronto lo verás en la serie de TV *Locas de amor*. Su fama de talentoso desaforado suele pasar por alto que trae los pies bien plantados en la tierra.

¿En qué gastas sin miramientos?
En comida.

¿Alguna vez te has arrepentido de comprar algo que no necesitas?
Muy, muy rara vez.

¿Cuál es la peor excusa que te ha dicho un proveedor?
"Usted empleó mal el aparato."

¿La última vez que tuviste un problema con un comerciante, le exigiste una solución o no armaste lío?
Le exigí una solución.

El planeta tarda 15 meses en regenerar lo que nosotros consumimos en un año, ¿piensas en ese tipo de cosas cuando vas de compras?
De pensar, pienso. Pero muchas veces el mercado no da alternativas. Procuro reciclar cosas para uso casero.

Te acabas de comprar un nuevo gadget, ¿lees el instructivo o sigues tu intuición?
Leo poquito y sigo mi intuición.

¿Hay algo cercano al producto perfecto?
Claro que sí. Durable, ahorrador, reciclable, reparable, no contaminante, eficiente y no ostentoso.

¿Quién es el consumidor más inteligente que conoces?
En general, las amas de casa con escasos recursos.

¿El cliente siempre tiene la razón?
No, pero la tiene con más frecuencia que el proveedor.

Si el ritmo de vida te lo permitiera, ¿preferirías cocinar en casa en vez de comer en algún restaurante la mayoría de los días?
Como en casa la mayoría de las veces.

¿Qué te sugiere el término "consumo consciente"?
Comprar lo que necesitas y no lo que te dice la publicidad, conocer el impacto ambiental y tambien social que tiene consumir productos.

"Somos incapaces de dejar de comprar algo como protesta"

¿Cuál es la peor publicidad que has visto últimamente?
Las campañas francamente sexistas del desodorante AXE. En especial, una publicidad que está en la carretera a Cuernavaca. Un bote gigante de AXE con muñecas pegadas como moscas.

¿Cómo calificarías al consumidor mexicano?
Inconsciente. Somos incapaces de dejar de comprar algo, un producto, como forma de protesta.

¿Qué recomiendas para mitigar los efectos de la crisis económica en el hogar?
Tener claras las prioridades.

Cuando lees la lista de ingredientes o componentes de un alimento enlatado, ¿te deprimes?, ¿te preocupas?, ¿sientes picada tu curiosidad?
Siempre creo que no dicen toda la verdad y me consta que no lo hacen. Para más información, les recomiendo que consulten elpoderdelconsumidor.com.

¿Te consideras despilfarrador?
No, pero considero que vivimos sólo esta vida y hay que tratar de disfrutarla.

Foto Cortesía Talent on the Road, oscarponce.com

¡Que no te roben tu identidad (en línea)!

Profeco

¿Has oído hablar sobre el peligrosísimo *phishing* en Internet? Deberías ponerle atención al asunto: se trata de un sofisticado método ideado para robarte datos personales o incluso información bancaria.

Profeco forma parte de la Red Internacional de Protección al Consumidor y de Aplicación de la Ley (ICPEN, por sus siglas en inglés). Por ello, ha puesto máximo interés en **facilitar las acciones** de cooperación internacional para prevenir las prácticas de comercio transfronterizo que resulten engañosas y dañen al consumidor.

Ahora, como una iniciativa de la ICPEN, los organismos miembros lanzan una campaña educativa internacional en contra del **robo de identidad en línea**, problema que (al mismo ritmo de Internet y el comercio electrónico) se ha sofisticado. Como podrás imaginar, **los candidatos a usurpadores pululan en la red**.

Para que mantengas el **control exclusivo** de tu información personal en línea, **Profeco** te sugiere tomar en cuenta esto:

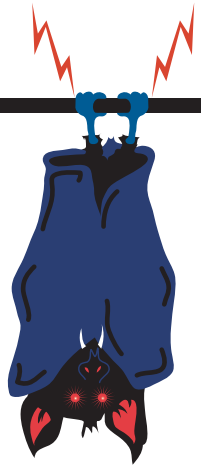
1. Instala o actualiza tu computadora con un buen equipo de anti-virus, anti-spyware y firewall. Uno de los principales métodos para obtener víctimas es el ***malware*** (software que se inserta en el sistema y está diseñado para encontrar y robar información personal).
2. Evita dar clic en enlaces que parezcan sospechosos y nunca respondas correos que soliciten información personal o financiera. Los estafadores pueden hacer vínculos que parecen ir a un sitio autorizado, pero que en realidad te llevan a un sitio de aspecto similar (el condenado *phishing*).
3. Nunca reveles tu número de tarjeta de crédito o números de seguridad. Si algún asunto relacionado con tu cuenta bancaria te produce inquietud, ponte en contacto con tu banco sólo a través del número de teléfono de la institución financiera, o asegúrate de abrir la dirección electrónica correcta.
4. Alerta a las autoridades sobre actividades de *phishing*.

¿Necesitas más información sobre el robo de identidad? Busca los videos que hemos hecho sobre el tema en la **Revista del Consumidor Webcast**, en **youtube.com/profecotv**

Vivir Mejor

¡PROFECO CONTRA LOS VAMPIROS!

¡Cada vez hay más en los hogares!
No se ven en el espejo pero sí en tu recibo de luz.
Los vampiros de energía, esos pequeños focos de los aparatos eléctricos que nunca se apagan, "chupan" más luz y dinero de lo que te imaginas.



En México se ha estimado que los vampiros de energía eléctrica se roban el 13.5% del consumo de luz residencial.

En países desarrollados, el consumo de energía en espera (standby power) se lleva hasta un 10% del consumo eléctrico de un hogar.

Un minicomponente de audio puede consumir 36 watts encendido, pero hasta 30 watts cuando, se supone, está apagado.

Tienes un vampiro en casa si: el equipo utiliza control remoto; tiene pantalla digital; cuenta con una fuente de poder externa o funciona con baterías recargables.

Un horno de microondas en *standby* consume 2.8 w/h, un reloj despertador 3.2, un televisor 6.4 y un módem 7.1

Dos terceras partes de la electricidad demandada por los teléfonos celulares se gasta cuando el cargador se deja conectado... pero sin el teléfono.

En un hogar puede haber 10 o más vampiros que consumen energía inútil. En casos críticos, esto equivale a tener encendido un foco de 60 watts todos los días.

Cada año, el standby power alrededor del mundo representa toda la energía que utiliza Francia en el mismo tiempo.

La mejor arma para acabar con los vampiros de energía eléctrica es simplemente desconectar los aparatos eléctricos que no uses. Ahora que si te parece más cómodo, utiliza multicontactos para que con un solo botón acabes con estos parásitos de la luz.

Fuente Fideicomiso para el Ahorro de Energía, fide.org.mx · Comisión Nacional para el Uso Eficiente de la Energía, conuee.gob.mx · International Energy Agency, iea.org · nokia.com

Platillo Sabio Profeco

Cebiche de pescado al estilo peruano

Platillo Sabio Profeco

Nopalitos con charales

Platillo Sabio Profeco

Fusilli a la mediterránea

Platillo Sabio Profeco

Pechugas al romero con papas bravas

Platillo Sabio Profeco

Pechugas al romero con papas bravas

Aporte nutrimental (por ración): Kilocalorías **381** • Proteínas **35 g** • Hidratos de carbono **28 g** • Fibra dietética **1 g** • Lípidos: **14 g** • Colesterol **104 mg**

Ingredientes (6 raciones)
- 6 pechugas de pollo aplanadas (600 g)
- 2 dientes de ajo
- 2 cucharadas de hojas de romero fresco molido
- jugo de 2 limones
- sal, pimienta blanca y negra al gusto
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- kilo de papas
- 300 gramos de puré de jitomate
- 1 cucharadita de salsa tabasco
- 1 chile serrano
- 1 cucharada de vinagre de vino

Preparación
1 En un recipiente coloca los ajos picados, el romero, la sal, la pimienta y el jugo de limón.
2 Mezcla bien estos ingredientes e introduce en la preparación las pechugas de pollo.
3 Déjalas marinar durante media hora en el refrigerador.
4 Mientras las pechugas se marinan, cuece las papas lavadas y con cáscara en una cazuela a fuego alto.
5 Escurre las pechugas, calienta una sartén, un poco de aceite y cocínalas a la plancha.
6 Las papas están listas cuando al pincharlas con un cuchillo éste se hunde fácilmente y la cáscara se desprende. Una vez que estén frías córtalas en trozos regulares.
7 Dóralas en una sartén con un poco de aceite muy caliente durante 3 minutos.
8 Saca las papas de la sartén, colócalas en papel absorbente para retirar el exceso de aceite.
9 Añade al puré de tomate, la salsa tabasco, el chile serrano picado, el vinagre, la sal y la pimienta negra, lleva la mezcla a ebullición.
10 Sirve las pechugas acompañadas de las papas salseadas con la preparación picante.

Profeco

Foto Arturo Buitrón

Platillo Sabio Profeco

Nopalitos con charales

Aporte nutrimental (por ración): Kilocalorías **521** • Proteínas **40 g** • Hidratos de carbono **54 g** • Colesterol **0 g**• Fibra dietética **6 g** • Lípidos **16 g**

Ingredientes (6 raciones)
- 1 Kg de nopales cortados en cuadritos
- 4 cucharadas de aceite
- 3 chiles guajillo
- 1 chile mulato
- 1/2 cebolla picada
- 300 g de charales secos
- 18 tortillas de maíz

Preparación:
1 Cuece los nopales en agua con sal a fuego medio. Una vez que estén blandos, escúrrelos y enjuágalos bajo el chorro de agua fría.
2 En una sartén con poco aceite pon los chiles a fuego bajo, en cuanto estén muy suaves, retíralos del sartén, y cuando se hayan enfriado muélelos.
3 Acitrona la cebolla, y agrégale los chiles molidos. Fríe la mezcla revolviendo de vez en cuando.
4 Incorpora los nopales a la mezcla de cebolla y chiles, y añade una taza de agua. Revuelve bien.
5 Fríe los charales en una sartén con poco aceite, y agrégalos a los nopales. Baja la flama y deja hervir todo durante media hora. Para que el agua no se agote con rapidez, tapa la mezcla. El platillo no es caldoso, ni completamente seco. Deben quedar jugositos.
6 Sírvelos en un platón y acompáñalos con tortillas.

Profeco

Foto Arturo Buitrón

Platillo Sabio Profeco

Fusilli a la mediterránea

Aporte nutrimental (por ración): Kilocalorías **482** • Proteínas **20 g** • Hidratos de carbono **90 g** • Colesterol **20 mg** • Fibra dietética **12 g** • Lípidos **18 g**

Ingredientes (6 raciones)
- 600 g de fusilli
- 1 1/2 cebollas
- 3 calabacitas
- 1 berenjena
- 24 champiñones medianos (240 g)
- 1 1/2 jitomates
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- sal y pimienta al gusto
- 180 g de queso parmesano

Preparación:
1 Cuece la pasta en abundante agua hirviendo.
2 Una vez cocida escúrrela y resérvala ligeramente engrasada con aceite de oliva.
3 Corta la cebolla en juliana (tiras delgadas y pequeñas) y saltéala en aceite lentamente hasta que se ablande y dore ligeramente.
4 Corta las berenjenas en cubitos y espolvoréalas con sal. Déjalas reposar por 10 minutos y enjuágalas con agua corriente. De esta manera, "desflemarás" las berenjenas y eliminarás la posibilidad de que sepan amargas.
5 Agrega las calabacitas cortadas en rodajas, las berenjenas en cubitos y los champiñones en rebanadas delgadas.
6 Añade los tomates cortados en trozos, sazona con sal y pimienta y deja cocer durante 15-20 minutos, con la olla tapada.
7 Mezcla la pasta con la salsa y sírvela en el momento con queso parmesano espolvoreado. Considera espolvorear dos cucharadas bien copeteadas de queso.

Profeco

Foto Arturo Buitrón

Platillo Sabio Profeco

Cebiche de pescado al estilo peruano

Aporte nutrimental (por ración): Kilocalorías **673** • Proteínas **39 g** • Hidratos de carbono **57 g** • Colesterol **104 mg** • Fibra dietética **4 g** • Lípidos **32 g**

Ingredientes (6 raciones)
- 1,200 kg de filete de pescado (cazón, tilapia, mero o lisa)
- 100 g de maíz cacahuacintle precocido
- 1 camote amarillo
- 150 g de azúcar
- 20 limones
- 4 chiles serranos
- 1/2 chile habanero rojo
- 1/2 cucharada de pimienta
- 4 dientes de ajo pelados
- 4 ramas de perejil desinfectado
- 4 ramas de cilantro desinfectado
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cebolla morada
- 4 hojas de lechuga orejona
- sal al gusto

Preparación:
1 Lava el maíz y colócalo en una olla junto con dos cucharadas de azúcar y el jugo de un limón. Tapa la olla y cuécelo a fuego lento.
2 Cuece el camote con media taza de azúcar y dos cucharadas de sal.
3 Limpia perfectamente el pescado y córtalo en dados de dos centímetros, reserva los recortes irregulares.
4 Sazona los dados de pescado con sal, la mitad de la pimienta, y los ajos, los chiles, el perejil y el cilantro finamente picados.
5 En un tazón aparte sazona los recortes reservados con sal, pimienta, chile y ajo.
6 Deja reposar ambas preparaciones diez minutos y posteriormente agrégales el jugo de limón y déjelas marinar una hora dentro del refrigerador.
7 Pon los recortes preparados en la licuadora y muélelos en velocidad baja, cuela la preparación obtenida y agrega el jugo obtenido conocido como "leche de tigre" al cebiche.
8 Rebana finamente la cebolla. Lávala sin presionarla en abundante agua fría y escúrrela. Rebana el habanero rojo y elimina las semillas.
9 Elimina el jugo de limón de los trozos de pescado y sirve el cebiche adornándolo con el resto de los ingredientes.

Profeco

Foto Arturo Buitrón